

PAPEL DA ENFERMAGEM NA PREVENÇÃO DE QUEDAS EM IDOSOS: UMA REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

Sabrina Emylle Torres Fernandes¹; Andreza Josiany Aires de Farias²; Quezia Rafael Figueredo Silva³; Rafael de Lima Monteiro⁴; Gerlane Ângela da Costa Moreira Vieira⁵

Universidade Federal de Campina Grande – UFCG – sabrinaemylle.torres@gmail.com¹

Universidade Federal de Campina Grande – UFCG – andrezaafarias@gmail.com²

Universidade Federal de Campina Grande – UFCG – quezia-figueredo@hotmail.com³

Universidade Federal de Campina Grande – UFCG – r.lmonteiro@outlook.com⁴

Universidade Federal de Campina Grande – UFCG – gerlaneufcg@hotmail.com⁵

Resumo: O presente estudo trata-se de uma pesquisa bibliográfica como o objetivo de revisar na literatura o papel da enfermagem voltada à prevenção de quedas em idosos. As bases de dados utilizadas foram o Scientific Eletronic Library Online e a Biblioteca Virtual da Saúde no período de 19 a 21 de julho de 2016. Foram inclusos artigos publicados nos últimos cinco anos, de idioma português e que abordavam a proposta associada à temática. A busca foi realizada mediante as palavras-chave: “quedas de idosos e enfermagem/ enfermagem geriátrica e quedas”. Concretizada a seleção dos artigos, estes foram lidos de forma crítica e organizados em eixos temáticos que concentravam pela similaridade de seus resultados, são eles: causas e fatores de riscos que propiciam as quedas em idosos, medidas de prevenção de quedas em idosos e papel da enfermagem na prevenção de quedas em idosos. É indispensável à assistência de enfermagem ao idoso, oferecendo orientações adequadas para prevenção de problemas que possam ocasionar o evento da queda, deste modo, o enfermeiro precisa intervir com ações adequadas para proporcionar êxito na saúde da terceira idade, tendo como finalidade a vida saudável deste indivíduo.

Palavras-chave: Quedas; Idoso; Enfermagem.

Introdução

Considerado um fenômeno do passado, o envelhecimento faz parte da realidade atual da maioria das sociedades (BRASIL, 2007). Estima-se para o ano de 2050 a existência de cerca de dois bilhões de pessoas com sessenta anos e mais no mundo, a maior parte delas vivendo em países em desenvolvimento, concluindo assim que o mundo está envelhecendo (BRASIL, 2007).

A prevenção e suporte as consequências das quedas em pessoas idosas é um desafio a ser enfrentado, visto que o número de pessoas que alcançam idades avançadas é crescente (SÃO PAULO, 2010). Pinho *et al.* (2011) afirma que estudar a problemática associado às quedas na população idosa compõe uma temática relevante e desafiadora que contribui na promoção do bem-estar dos idosos no Brasil e na maioria das nações desenvolvidas, por ser o envelhecimento uma preocupação coletiva.

Nesse contexto, Chianca *et al.* (2013) define a queda como sendo um evento frequente e limitante, sendo analisado como um marcador de fragilidade, institucionalização, de decadência na saúde e morte em idosos. O risco de quedas aumenta expressivamente com o progredir da idade, sendo um grande problema de saúde pública devido ao aumento significativo da população idosa e à maior longevidade das pessoas, acrescendo a demanda por assistência de longa duração.

De acordo com Pinho *et al.* (2011) a necessidade de se avaliar o risco quedas dos idosos é essencial para realização de medidas preventivas. Porém, faz-se necessário uma conscientização da população para que esse evento tão frequente não seja apenas visto como prioridade após a sua ocorrência, e sim trabalhar no sentido de instituir ações preventivas, tendo como finalidade proporcionar uma melhor qualidade de vida a população idosa, assim como uma reduzir gastos designados ao tratamento das consequências das quedas.

Diante disso, surgiu o interesse de revisar na literatura o papel da enfermagem voltada à prevenção de quedas em idosos. É importante compreender as causas e fatores de risco que predisõem as quedas em idosos, visando entender a importância da função do enfermeiro como um dos profissionais que atua diretamente na assistência da prevenção de quedas na terceira idade.

Metodologia

Trata-se de um estudo de revisão bibliográfica com a intenção de obter informações válidas, colaborando para o aprofundamento do conhecimento acerca do tema escolhido. Para a preparação da presente revisão, foram utilizadas as seguintes etapas: formulação da questão de pesquisa; seleção dos artigos e estabelecimento dos critérios de admissão; aquisição dos artigos que constituíram a amostra; avaliação dos artigos; interpretação dos resultados e exposição da revisão bibliográfica.

Foi elaborado o seguinte ponto norteador: Qual o papel do enfermeiro na prevenção de quedas na população idosa? A busca dos artigos ocorreu no período de 19 a 21 de julho de 2016, empregando as seguintes palavras-chave: “quedas de idosos e enfermagem/enfermagem geriátrica e quedas”.

As bases de dados utilizadas foram o Scientific Eletronic Library Online- Scielo e a Biblioteca Virtual da Saúde – BVS. Os artigos selecionados obedeceram aos critérios de inclusão: ser artigo original; ter sido publicado entre os anos de 2011 e 2016; responder ao ponto norteador e estar na língua portuguesa.

Foram encontrados 30 artigos no Scielo e 11 no BVS. Totalizando 41 artigos relacionados ao tema principal, porém foram descartados 33 artigos por fugirem da temática, serem da língua inglesa ou não estarem publicados nos últimos cinco anos. Finalizando assim, com 08 artigos científicos selecionados para fundamentação do presente estudo.

Foram utilizadas ainda informações do Caderno de Envelhecimento e Saúde da Pessoa Idosa divulgado pelo Ministério da Saúde – Brasil (2007), do livro de Envelhecimento e Quedas de idosos (2010), fundamentado pela autora Fátima de Lima Paula (Doutoranda em epidemiologia em saúde pública na Escola Nacional de Saúde Pública - Fundação Oswaldo Cruz) e do livro de Vigilância e Prevenção de Quedas em Pessoas Idosas realizado pela Secretaria de Estado da Saúde de São Paulo (2010).

Resultados

Dos 08 artigos científicos selecionados, 1 foi publicado em 2011, 4 em 2012, 1 em 2013, 1 em 2014 e 1 em 2016, demonstrando baixo número de produções científicas atuais sobre a assistência de enfermagem na prevenção de quedas na população idosa. Os artigos foram lidos de forma crítica e organizados em eixos temáticos que concentravam pela similaridade de seus resultados, são eles:

- ✓ Causas e fatores de risco que propiciam as quedas em idosos;
- ✓ Medidas de prevenção de quedas em idosos;
- ✓ Papel da enfermagem na prevenção de quedas em idosos.

Discussões

- **Causas e fatores de risco que propiciam as quedas em idosos**

Chianca *et al.* (2013) afirma que a queda é um evento frequente e limitante, sendo analisado como um marcador de fragilidade, institucionalização, de decadência na saúde e morte em idosos. O risco de quedas evolui expressivamente com o progredir da idade, sendo um grande problema de saúde pública devido ao aumento significativo da população idosa e à maior longevidade das pessoas, crescendo a demanda por assistência de longa duração.

O conceito de queda definida por Pereira *et al.* (2001, apud MALLMANN, HAMMERSCHMIDT, SANTOS, 2012, p. 518) significa o “deslocamento não-intencional do corpo resultando em mudança da posição para um nível inferior à posição inicial, com incapacidade de correção em tempo hábil”.

Os fatores de risco associados à ocasião de queda podem ser divididos em intrínsecos e extrínsecos (BRASIL, 2007).

Os fatores intrínsecos correspondem às alterações fisiológicas relacionadas ao progredir da idade, do surgimento de doenças, de fatores psicológicos e de reações adversas de fármacos em uso, como: idosos com idade superior a 80 anos; sexo feminino; imobilidade; quedas anteriores; equilíbrio enfraquecido; marcha lenta e com passos curtos; baixa capacidade física; fraqueza muscular de membros inferiores e membros superiores; alterações cognitivas; doença de Parkinson; polifarmácia; uso de sedativos, hipnóticos e ansiolíticos (BRASIL, 2007).

Os fatores extrínsecos referem-se aos desempenhos e atividades das pessoas idosas e ao meio ambiente. Podendo ser destacados ambientes inseguros e mal iluminados, mal planejados e mal construídos, com barreiras arquitetônicas que representam os principais fatores de risco para quedas.

De acordo com Santos e Andrade (2005, apud MALLMANN, HAMMERSCHMIDT; SANTOS, 2012, p. 518), os fatores que estão mais associados às quedas são: “polifarmácia, múltiplas patologias, comprometimento cognitivo, diminuição da acuidade visual, fraqueza óssea, dificuldade para deambulação e barreiras ambientais, como tapetes e iluminação”.

Segundo Santos *et al.* (2012), a influência dos fatores ambientais no risco de quedas está entrelaçado ao estado funcional e mobilidade da pessoa idosa. Quanto maior a fragilidade do idoso, mais susceptível ele está ao risco de quedas. Manobras posturais e obstáculos ambientais que não são problemas para pessoas de outras faixas etárias podem modificar-se em grande ameaça à segurança daquelas com alterações fisiológicas já instaladas.

A queda representa uma grande problemática para a população idosa dadas as suas consequências (injúria, incapacidade, institucionalização e morte) que são resultado da combinação de alta incidência com alta suscetibilidade às lesões (BRASIL, 2007).

- **Medidas de Prevenção de Quedas em Idosos**

As medidas práticas de prevenção devem ser utilizadas para minimizar as quedas e suas consequências entre as pessoas idosas, sendo elas (BRASIL, 2007):

- ✓ Instrução para o autocuidado.
- ✓ Uso de dispositivos de amparo à marcha (quando necessário) como bengalas, andadores e cadeiras de rodas.

- ✓ Utilização ponderada de medicamentos, evitando as que podem causar hipotensão postural.
- ✓ Adaptação do meio ambiente (residência e lugares públicos):
 1. Acomodação de gêneros alimentícios e de outros objetos de uso cotidiano em locais de fácil acesso, evitando-se a necessidade de uso de escadas e banquinhos;
 2. Orientação para a reorganização do espaço interno à residência, com o consentimento do idoso e da família;
 3. Recomendar a colocação de um diferenciador de degraus nas escadas bem como iluminação apropriada da mesma, corrimãos bilaterais para apoio e remoção de tapetes no início e fim da escada;
 4. Instalação de pisos anti-derrapantes e barras de apoio nos banheiros, evitar o uso de banheiras, orientar o banho sentado quando da instabilidade postural e orientar a não trancar o banheiro.

A consequência das quedas é descrita por Paula (2010) como sendo graves e comprometedoras não só a vida dos idosos, mas também a daqueles que vivem com ele. Paula (2010) afirma que as quedas são consideradas problemas de saúde pública, sendo essencial que se faça uma boa avaliação do idoso antes que ele inicie o programa de prevenção para que se possam focalizar as estratégias nas necessidades maiores desse indivíduo.

Leite *et al.* (2012) refere que ações direcionadas a promoção da saúde e prevenção de doenças em pessoas idosas colaboram para a manutenção de sua aptidão funcional e autonomia, com possibilidade de um envelhecimento mais saudável.

Torna-se imperativo monitorar o efeito de medicações, especialmente àqueles que podem predispor a queda em idosos, como: os ansiolíticos, antihipertensivos, antidepressivos, diuréticos e tranquilizantes, proporcionando o envolvimento de médicos e enfermeiros e toda a equipe de saúde, na realização do tratamento necessário. Deve-se dar atenção especial para as quedas em idosos com incapacidade funcional, cognitiva e presença de depressão, buscando recuperar sua autonomia (VALCARENGHI *et al.*, 2014, p. 230).

A prevenção de quedas descrita por Paula (2010) pode ser primária, secundária ou terciária. A primária focaliza o idoso que ainda não caiu e visa a extinguir os riscos comuns, como falta de exercício, uso desnecessário de alguns de fármacos psicoativos e uso de calçados inadequados. A secundária foca idosos que já caíram e que anseiam evitar uma nova

queda, evidenciando tratar alguma alteração específica e abolir fatores de risco. A terciária refere-se às medidas que beneficiem os idosos que apresentem quedas recorrentes e fatores de risco associado às quedas e que não são tratáveis na prevenção secundária.

De acordo com a Secretaria de Saúde do Estado de São Paulo (2010), a identificação dos fatores de risco para quedas na população idosa, assim como a prevenção, a reversão dos fatores ou o tratamento das implicações da queda é dever dos profissionais de todos os níveis de atenção à saúde, desde a atenção básica até os níveis mais complexos de assistência.

- **Papel da Enfermagem na Prevenção de quedas em idosos**

Os Programas de Prevenção e Manejo das Quedas em Pessoas Idosas não devem se compor em ações estratégicas isoladas, mas sim em intervenções associadas em três níveis (SÃO PAULO, 2010):

1. Vigilância epidemiológica, na qual informações proeminentes sobre mortalidade direta e indireta, morbidade, incapacidade e hospitalização decorrente de quedas e de lesões por quedas possam ser monitoradas de forma sistematizada. Esses dados devem ser devolvidos aos gestores locais para ações a curto, médio e longo prazo.

2. Aplicação de resultados de pesquisa acerca de quedas com dados nacionais em programas específicos;

3. Habilitação e treinamento de profissionais por meio da disseminação de informações baseadas em evidências.

- ❖ Na atenção básica, para identificar o idoso com risco de queda e implantar atuações preventivas primárias relacionadas a fatores comportamentais, ambientais e intrínsecos. Medidas primárias básicas devem ser adotadas como: exercícios, otimização da visão funcional e revisão de doenças de base;
- ❖ Na atenção secundária e terciária, para aplicação do manejo interdisciplinar e multidimensional voltado aos casos de idosos que caem recorrentes e/ou com fraturas, por meio de equipes especializadas.

Segundo o Ministério da Saúde (2007) são atribuições do Enfermeiro a população idosa:

- ❖ Efetivar atenção integral às pessoas idosas;
- ❖ Realizar assistência domiciliar, quando necessário;



- ❖ Concretizar consulta de enfermagem, incluindo a avaliação multidimensional rápida e instrumentos complementares, se necessário, solicitar exames complementares e prescrever medicações, de acordo com protocolos ou outras normativas técnicas instituídas pelo gestor municipal, ressaltadas as disposições legais da profissão;
- ❖ Supervisionar e coordenar o trabalho dos Agentes Comunitários da Saúde - ACS e da equipe de enfermagem;
- ❖ Efetivar atividades de educação permanente e interdisciplinar junto aos demais profissionais da equipe;
- ❖ Orientar ao idoso, aos familiares e/ou cuidador sobre a correta utilização dos medicamentos.

Segundo Nascimento e Tavares (2016), os profissionais de saúde podem criar espaços que permitam a ampliação de estratégias para abordar a temática de prevenção de quedas com os idosos; o esclarecimento dessa condição e de suas repercussões aos familiares e cuidadores; e a intervenção em relação aos fatores de risco modificáveis, como, por exemplo, os extrínsecos, relacionados ao meio ambiente.

Para entender a fragilidade no idoso, faz-se necessário que o enfermeiro esteja atento não só às alterações físicas e fisiológicas advindas do processo de envelhecimento, mas também para possíveis alterações da dinâmica familiar e de como o idoso se sente dentro do seu contexto, visto que uma situação de dependência e redução da capacidade funcional tem grande repercussão na vida das pessoas, por envolver questões de natureza não só biológica ou física, mas também emocional e social (OLIVEIRA, MENEZES, 2011, p. 308).

De acordo com Valcarengi *et al.* (2014), os profissionais de saúde, mais especificamente o enfermeiro, têm ação importante na avaliação do idoso, direcionada principalmente para a conservação da funcionalidade e cognição, visando tornar mínimo o risco de quedas.

Nascimento e Tavares (2016) discorrem que é imprescindível o incremento de ações educativas, pelos profissionais de saúde, que abordem os fatores de risco presentes no ambiente doméstico e formas mais seguras dos idosos desenvolverem suas atividades diárias. Somando-se a isso, avaliar a disponibilidade do idoso seguir as orientações e as alterações necessárias em seu ambiente.

Conclusão

Com base nos artigos científicos escolhidos foi possível verificar a carência de discussões sobre a assistência do enfermeiro na prevenção de quedas na atualidade, visto que muitos artigos foram encontrados relacionados ao tema. Dessa forma, é de importância máxima o interesse dos profissionais de saúde acerca dessa temática, vislumbrando entender as causas, fatores de risco e principalmente os modos de como evitar a ocasião da queda, minimizando problemas de saúde sérios que possam vir a acometer os idosos.

É importante evidenciar o papel do profissional enfermeiro que precisa estar atualizado sobre informações de como atuar diretamente na prevenção de quedas em idosos, visto que a população idosa cresce rapidamente e a necessidade é atender as demandas de saúde que o idoso necessita.

A presente revisão bibliográfica possibilitou entender que a queda é um evento multifatorial que necessita de estratégias para que seus índices se tornem cada vez menor. É imprescindível o atendimento de enfermagem ao idoso que não sofreu a ocasião da queda e aos idosos que já foram acarretados pelo evento da queda, deste modo, é possível trabalhar com atividades educativas, evidenciando a prevenção de possíveis quedas e complicações que a população idosa possa ser acometida.

É indispensável à assistência de enfermagem ao idoso, oferecendo orientações adequadas para prevenção de problemas que possam ocasionar o evento da queda, deste modo, o enfermeiro precisa intervir com ações adequadas para proporcionar êxito na saúde da terceira idade, tendo como finalidade a vida saudável deste indivíduo.

Referências

BRASIL. Ministério da Saúde. **Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Envelhecimento e saúde da pessoa idosa** / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. – Brasília: Ministério da Saúde, 2007.

CHIANCA, Tânia Couto Machado et al. Prevalência de quedas em idosos cadastrados em um Centro de Saúde de Belo Horizonte - MG. **Rev. bras. enferm.**, Brasília, v. 66, n. 2, p. 234-240, abr. 2013. Disponível em: <://www.scielo.br/pdf/reben/v66n2/13.pdf>. Acessado em: 19/07/2016.

LEITE, Marinês Tambara et al. Estado cognitivo e condições de saúde de idosos que participam de grupos de convivência. **Rev. Gaúcha Enferm.**, Porto Alegre, v. 33, n. 4, p. 64-

71, dez. 2012. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rgenf/v33n4/08.pdf>>. Acessado em: 19/07/2016.

MALLMANN, Danielli Gavião; HAMMERSCHMIDT, Karina Silveira de Almeida; SANTOS, Silvana Sidney Costa. Instrumento de avaliação de quedas para idosos (IAQI): enfermeiro analisando vulnerabilidade e fragilidade. **Rev. bras. geriatr. gerontol.**, Rio de Janeiro, v. 15, n. 3, p. 517-27, set. 2012. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rbgg/v15n3/v15n3a12.pdf>>. Acessado em 19/07/2016.

NASCIMENTO, Janaína Santos; TAVARES, Darlene Mara dos Santos. Prevalência e fatores associados a quedas em idosos. **Texto contexto - enferm.**, Florianópolis, v. 25, n. 2, 2016. Disponível em <<http://www.scielo.br/pdf/tce/v25n2/0104-0707-tce-25-02-0360015.pdf>>. Acessado em 19/07/2016.

OLIVEIRA, Luciane Paula Batista Araújo de; MENEZES, Rejane Maria Paiva de. Representações de fragilidade para idosos no contexto da estratégia saúde da família. **Texto contexto - enferm.**, Florianópolis, v. 20, n. 2, p. 301-09, jun. 2011. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/tce/v20n2/a12v20n2.pdf>>. Acessado em 19/07/2016.

PAULA, Fátima de Lima. **Envelhecimento e quedas de idosos** / Fátima de Lima Paula. - Rio de Janeiro: Apicuri, 2010.

PEREIRA, S. R. M. et al. Quedas em idosos. **Sociedade Brasileira de Geriatria e Gerontologia**. Jun: 1-8, 2001. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rbgg/v15n3/v15n3a12.pdf>>. Acessado em 19/07/2016. Acessado em 19/07/2016.

PINHO, Tatyana Ataíde Melo de et al. Avaliação do risco de quedas em idosos atendidos em Unidade Básica de Saúde. **Rev. esc. enferm. USP**, São Paulo, v. 46, n. 2, p. 320-27, abr. 2012. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/reeusp/v46n2/a08v46n2.pdf>>. Acessado em: 19/07/2016.

SANTOS M. L. C., ANDRADE M. C. Incidência de quedas relacionada aos fatores de riscos em idosos institucionalizados. **Rev Baiana de Saúde Pública**. jan-jun; 2005. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rbgg/v15n3/v15n3a12.pdf>>. Acessado em 19/07/2016. Acessado em 19/07/2016.

SANTOS, Silvana Sidney Costa et al. Risco de quedas em idosos: revisão integrativa pelo diagnóstico da North American Nursing Diagnosis Association. **Rev. esc. enferm. USP**, São Paulo, v. 46, n. 5, p. 1227-36, out. 2012. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/reeusp/v46n5/27.pdf>> Acessado em 19/07/2016.

SÃO PAULO (Estado). Secretaria da Saúde. **Vigilância e prevenção de quedas em idosos**. Editores: Marília C. P. Louvison e Tereza Etsuko da Costa Rosa -- São Paulo: SES/SP, 2010. Disponível em: < http://www.saude.sp.gov.br/resources/ccd/publicacoes/publicacoes-ccd/saude-e-populacao/35344001_site.pdf>. Acessado em 19/07/2016.

VALCARENGHI, Rafaela Vivian et al. Ações institucionais alicerçadas em diagnósticos de enfermagem para prevenção de quedas em idosos. **Rev Rene**, Rio Grande do Sul. mar-abr. 2014. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/ape/v24n6/a17v24n6.pdf>>. Acessado em 19/07/2016.