

CONSEQUÊNCIAS DAS QUEDAS E SEUS IMPACTOS NA QUALIDADE DE VIDA DAS PESSOAS IDOSAS

Quezia Rafael Figueredo Santos¹; Larissa Hosana Paiva de Castro²; Rafael de Lima Monteiro³; Andreza Josiany Aires de Farias⁴; Itiel Rafael Figueredo Santos⁵

¹Discente da Universidade Federal de Campina Grande - UFCG: quezia-figueredo@hotmail.com;

²Discente da Universidade Federal de Campina Grande - UFCG: laarissacaastro.lg@gmail.com;

³Discente da Universidade Federal de Campina Grande – UFCG: r.lmonteiro@outlook.com ;

⁴Discente da Universidade Federal de Campina Grande - UFCG: andrezaafarias@gmail.com;

⁵Enfermeiro intervencionista especializado em urgência. e emergência.: itielrafael17@hotmail.com.

RESUMO

A queda em idosos é de suma importância de abordagem, visto que as suas consequências afetam de forma direta a saúde da população idosa, já que tem sido um importante fator de risco para a redução da capacidade funcional, atentando que tanto as alterações fisiológicas do envelhecimento quanto as alterações patológicas fazem parte desses fatores que predisõem eventuais quedas em idosos. Sendo assim, reconhecida como importante problema de saúde pública devido as suas consequências. Então a fragilidade dessas pessoas somadas a episódios de quedas além de fraturas, podem acometer funcionalidades de sistemas, influenciando também no comprometimento de suas atividades de vida diária levando desde consequências físicas, psicológicas e sociais. Trata-se de uma pesquisa bibliográfica que é baseada em estudos teóricos já publicados. O artigo tem como objetivo mencionar a importância da prevenção de quedas nessa população, demonstrando os impactos direto que as mesmas ocasionam na vida dessas pessoas juntamente com as consequências que acarretam no seu estado de saúde. Onde nos mostra que a dependência e diminuição da capacidade funcional são algumas das principais consequências segundo os autores pesquisados. O conhecimento das consequências físicas, psicológicas e sociais das quedas em idosos é de extrema relevância, pois ajuda a auxiliar na construção de estratégias preventivas e de reabilitação de tais repercussões. Contudo, a adoção de medidas educativas para a população de uma forma geral, é significativa no sentido de prevenir as quedas e suas consequências na vida das pessoas idosas, contribuindo assim, para melhorar a qualidade de vida das mesmas.

Palavras-chave: idoso, acidentes por quedas, envelhecimento.

INTRODUÇÃO

Sabe-se que as quedas são presentes durante toda fase da vida, porém nas pessoas com faixa etária mais elevada os riscos de problemas subsequentes é bem maior, tornando então um grande problema de saúde diante de todos os impactos que podem ocasionar na vida da pessoa idosa.

O cenário da população brasileira está sendo transformado, onde a perspectiva de vida está aumentando cada vez mais, e o envelhecimento vem fazendo parte da realidade do nosso país e do mundo. Com ele existem desafios na atenção a essas pessoas e dentre eles podemos destacar o incentivo e assistência para que elas possam viver com o máximo de qualidade e independência possível.

De acordo com o Ministério da saúde (2007) as quedas apresentam um sério problema para as pessoas idosas e estão associadas à elevados índices de morbimortalidade, redução da capacidade funcional e institucionalização precoce. O profissional deve questionar a ocorrência e frequência de quedas, registrando na caderneta da saúde da pessoa idosa. Essas informações possibilitam a identificação de riscos.

As quedas tem implicado de forma direta a saúde da população idosa, onde suas consequências podem ser agravadas devido a diversos fatores, e as complicações que elas podem ocasionar para essas pessoas, que interferem diretamente no estilo de vida, onde por muitas vezes acabam fazendo com que os idosos fiquem em estado de dependência, o que restringem das suas atividades da vida diária, pactuando até mesmo o estado psicológico podendo levar ao isolamento social.

O objetivo do trabalho é mencionar a importância da prevenção de quedas nessa população, demonstrando os impactos direto que as mesmas ocasionam na vida dessas pessoas juntamente com as consequências no seu estado de saúde.

METODOLOGIA

A metodologia utilizada para elaboração desse artigo foi a pesquisa bibliográfica que é baseada em estudos teóricos já publicados. A fonte de pesquisa foram artigos científicos pesquisados na Scientific Electronic Library Online (SciELO) a partir dos descritores “idoso” AND “envelhecimento” AND “acidentes por quedas”.

Para levantamento das evidências científicas valer-se da abordagem qualitativa dos artigos selecionados, utilizando métodos de exclusão e inclusão dos temas, descritos a seguir: textos disponíveis na íntegra, idioma português, pesquisas realizadas no âmbito nacional, assunto principal foi o envelhecimento documentado apenas artigos científicos, no período de tempo do ano de 2012 a 2016. Após a busca no banco de dados e na biblioteca virtual, foram encontrados 22 artigos que favoreciam o tema, porém foi realizada a leitura dos resumos, os quais alguns fugiram da temática e outros referiram dados antigos, que resultou no levantamento de 10 (dez) artigos selecionados para esse estudo. Além desses artigos, também foram usadas outras fontes bibliográficas como a caderneta de envelhecimento de saúde da pessoa idosa, do ministério da saúde, alguns complementos do Instituto brasileiro de Geografia e Estatísticas - IBGE e um artigo da revista ACTA.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A questão das quedas traz uma importante atenção a saúde da pessoa idosa, visto que o número de vítimas é crescente em todos os aspectos, onde apesar de sua ocorrência ser comum, não é normal do envelhecimento. Sendo assim, predispõe a essa população maiores riscos em consequência das possíveis complicações que esta parcela de pessoas estão expostas a vivenciar.

Segundo o IBGE (2009) dados apontam que 28 a 35% de pessoas acima de 65 anos de idade caem pelo menos uma vez durante o ano no mundo. A proporção aumenta para até 42% quando os idosos têm mais de 70 anos. Então a fragilidade da pessoa idosa juntamente com esse processo de quedas, além de fraturas e risco de morte, pode acometer diversas funcionalidades de seus sistemas, muitas vezes chegando a comprometer sua independência nas atividades da vida diária e até mesmo a aumentar o risco de internações em instituições de longa permanência.

De acordo com GARCIA (2006, apud GASPAROTTO, 2014) Quando a queda promove intensa dependência do idoso a ponto de restringi-lo ao leito, subsequentes quadros podem surgir. A perda funcional nas principais articulações do corpo (joelho, quadril, punhos), a diminuição da força muscular, a atrofia muscular por desuso, quadros de úlceras de decúbito na região sacral, trocantérica, calcânea e até mesmo occipital, deficiências respiratórias e problemas circulatórios são condições que, se não resolvidas, podem levar a óbito.

As lesões não intencionais são a sexta causa de morte entre pessoas com 65 anos ou mais, sendo que aproximadamente metade dessas mortes são atribuídas a quedas, especialmente entre idosos de 85 anos de idade e mais. No ano subsequente à queda, os pacientes apresentam um excesso de mortalidade em relação aos idosos que não caíram, sendo que em pacientes hospitalizados por queda, 50% morrem no ano seguinte. ÁLVARES (2010, apud, HORTA, 2016)

Além de todas as consequências primárias existentes na evolução da queda, ainda envolvem problemas secundários os quais podem resultar no comprometimento psicológico. Segundo FALSARELLA (2014), cair pode resultar em uma síndrome pós-queda que inclui dependência, perda de autonomia, imobilização, isolamento e depressão, o que levará a uma maior restrição nas tarefas diárias.

Em consequência da queda, há uma tendência do idoso diminuir as atividades, que pode ser relacionada ao medo de sofrer novos episódios, fazendo com que ele se restrinja muito de executar atividades básicas, onde até mesmo os próprios familiares ou cuidadores impedem que eles exerçam algumas funções.

A queda, assim como sua recorrência, leva a um comprometimento da independência funcional, ou seja, da autonomia, gerando um quadro de vulnerabilidade que compromete até mesmo o aspecto emocional, uma vez que a maioria da população idosa se encontra frágil por sua condição de perdas, associada ao processo de envelhecer. (CARVALHO, 2010, p.11)

Os frequentes episódios de quedas acabam comprometendo a marcha da pessoa idosa. Segundo GASPAROTTO (2014), é mais difícil manter o controle estático do corpo quando este sofre uma queda, o que pode contribuir, porém não isoladamente, para a recorrência destas. Assim sendo, observa-se que é um grande fator para sua recorrência. Quando acometem e desencadeiam a fragilidade nessas pessoas, facilita ainda mais esse processo, então o histórico de queda anterior, contribui para novos eventos.

Muitos idosos que sofrem quedas são submetidos a internações hospitalares e até mesmo a intervenções cirúrgicas em decorrência de fraturas. E quando essa queda faz com que a pessoa idosa fique dependente, restringindo a mesma ao leito, outros casos clínicos podem surgir complicando o estado de saúde do indivíduo. E estudos dentro da literatura mostram que a incidência desses eventos aumenta conforme a idade.

As pesquisas brasileiras têm dado grande ênfase aos elementos físicos ambientais relacionados às quedas em idosos. Estes dados podem subsidiar a adoção de medidas preventivas de quedas nessa população, como por exemplo, a adaptação da residência do

idoso, a fim de oferecer a segurança necessária, minimizando o risco de quedas e suas consequências. (CAVALCANTE, 2012, p.143).

As mudanças que colaboram para a diminuição das quedas que tantos danos causam as pessoas idosas são fáceis de ser implementadas, visto que muitos casos estão associados a fatores extrínsecos, como medidas que previnam quedas em ambiente domiciliar e em outros locais os quais eles têm acesso, evitando assim tantas incidências de complicações que por vezes levam a morte. Além de que com essas medidas preventivas podem diminuir até os gastos ao setor de saúde. Então observa-se que a busca por fatores de riscos tanto pelos profissionais da área de saúde quanto pelas próprias pessoas que possuem vínculos com esses idosos, podem ser identificados e minimizados. Como eles passam a maior parte do tempo em suas residências, que por vezes muitas pessoas consideram o lugar mais seguro, com frequência acaba se tornando um ambiente de risco sendo necessário uma atenção a mais.

A dependência dos idosos em decorrência da queda interfere no psicológico de forma significativa. Pois, para essas pessoas, serem cuidadas por outras que muitas vezes não estão totalmente preparadas, trazem sentimentos de rejeição e exclusão, fazendo com que percam aquela vontade de manter uma vida social satisfatória, visto que para eles, não é fácil passar a vida de forma tão ativa e de repente perder a sua independência e modificar o seu estilo de vida.

ANTES (2013) menciona que o medo de cair pode ser desencadeado tanto pelas consequências físicas como psicológicas e sociais, podendo acarretar menor confiança na capacidade de caminhar, contribuindo para declínio funcional, depressão, sentimentos de desamparo e isolamento social.

É importante ressaltar que nem todos os eventos de quedas são registrados e identificados, pois os idosos muitas vezes só relatam a eventualidade quando algo mais grave vem a acontecer, ou quando percebemos sinais que nos levam a investigar, tendo em vista que ainda são eventos pouco valorizados e como resultado, pouco relatados até mesmo pelos acompanhantes. Por esse motivo torna-se de grande importância procurar identificar esses fatores que por vezes pode predispor a outros episódios.

Entretanto a prevenção dessas quedas é de fato um grande desafio na assistência a saúde da pessoa idosa, onde os profissionais devem estar em alerta com esses fatores de riscos os quais as pessoas idosas estão expostas tanto em casa quanto na comunidade, traçando assim planos de cuidados para que possam eliminar esses fatores ou até mesmo minimiza-los.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A queda tem que ser reconhecida pelos serviços de saúde e pela sociedade como um problema bastante sério devido suas consequências que acarretam no agravamento à saúde da pessoa idosa, e diante dos impactos que as quedas proporcionam no estilo de vida dessas pessoas, é observada a importância de medidas preventivas para que seja evitadas tantas ocorrências. Pois há grandes preocupações voltadas a qualidade de vida e bem estar desses idosos, visto que está ocorrendo um aumento da expectativa de vida nos países em desenvolvimento.

Portanto, para minimizar essas eventualidades deve-se fortalecer o plano de cuidado prestado a essa população instruindo assim, medidas preventivas para que possam ser eliminados grandes fatores de riscos. Por esse motivo observa-se a importância do conhecimento a cerca dos agravos, possibilitando a população de estarem conscientes quanto a sua dimensão e gravidade, possibilitando a ajudar e auxiliar na construção dessas estratégias preventivas. Estratégias estas que são imensamente eficazes e de grande contribuição para os familiares e cuidadores que lhe convivem com idosos, contribuindo até mesmo para os serviços de saúde, diminuindo problemas e consequentemente os gastos relacionados aos mesmos.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. ANTES, D.L; BENEDETTI, T.R.B; Medo de queda recorrente e fatores associados em idosos de Florianópolis, Santa Catarina, Brasil. Cad. Saúde Pública, Rio de Janeiro, 29(4):758-768, abr, 2013. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-311X2013000400013>. Acesso em 09 de agosto de 2016.
2. ANTES, D.L; BENEDETTI, T.R.B; Circunstâncias e consequências das quedas em idosos de Florianópolis. Rev. bras. epidemiol. vol.16 no.2 São Paulo June 2013. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415790X2013000200469&lng=en&nrm=iso&tlng=pt> . Acesso em 06 de agosto de 2016.
3. CARVALHO, E.M.R; GARCÊS, J.L; MENEZES, R.L; SILVA, E.C.F; O olhar e o sentir do idoso no pós-queda. Rev. bras. geriatr. gerontol. vol.13 no.1 Rio de Janeiro Jan./Apr. 2010. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-98232010000100002>. Acesso em 08 de agosto de 2016.
4. CAVALCANTE, A.L.P; AGUIAR, J.B; GURGE, L.A; Fatores associados a quedas em idosos residentes em um bairro de Fortaleza, Ceará. Rev. bras. geriatr. gerontol. vol.15 no.1

- Rio de Janeiro 2012. Disponível em: < http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-98232012000100015> . Acesso em 08 de agosto de 2016.
5. FALSARELLA, G.R; Quedas: conceitos, frequências e aplicações à assistência ao idoso. Revisão da literatura. Rev. bras. geriatr. gerontol. vol.17 no.4 Rio de Janeiro Oct./Dec. 2014. Disponível em: <://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-98232014000400897&lng=en&nrm=iso&tlng=pt>. Acesso em 04 de agosto de 2016.
 6. FERREIRA, D.C; YOSHITOMEL, A.Y; Prevalência e características das quedas de idosos institucionalizados. Rev Bras Enferm, Brasília Bras Enferm, Brasília 2010 nov-dez; nov-dez; 63(6): 991-7. Disponível em: < <http://www.scielo.br/pdf/reben/v63n6/19.pdf>>. Acesso em 09 de agosto de 2016.
 7. FERRETTI, F.; LUNARDI, D.; BRUSCHI, L.; Causas e consequências de quedas de idosos em domicílio. Fisioter. mov. vol.26 no.4 Curitiba set./dez. 2013. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S010351502013000400005&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em 04 de agosto de 2016.
 8. GASPAROTTO, I.P.R; FALSARELLA, G.R; COIMBRA, A.M.V As quedas no cenário da velhice: conceitos básicos e atualidades da pesquisa em saúde. Rev. Bras. Geriatr. Gerontol., Rio de Janeiro, 2014; 17(1):201-209. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rbgg/v17n1/1809-9823-rbgg-17-01-00201.pdf>>. Acesso em 07 de agosto de 2016.
 9. FHON, J.R.S; WEHBH, S.C.F; Quedas em idosos e sua relação com a capacidade funcional. Rev. Latino-Am. Enfermagem Artigo Original 20(5):[08 telas] set.-out. 2012. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rlae/v20n5/pt_15.pdf> Acesso em 06 de agosto de 2016.
 10. MINISTÉRIO DA SAÚDE; Caderno de envelhecimento e saúde da pessoa idosa. Série A. Normas e Manuais Técnicos. Cadernos de atenção básica, n.19. Brasília-DF 2007.
 11. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Indicadores Sociodemográficos e de Saúde no Brasil. Estudos & Pesquisas: informação demográfica e socioeconômica, 2009. Disponível em: <http://www.ibge.gov.br/home/estatistica/populacao/indic_sociosaude/2009/indicsaude.pdf> Acesso em 10 de agosto de 2016.
 12. HORTA, H.H.L; FARIA, N.A; FERNANDES, P.A ; QUEDAS EM IDOSOS: assistência de enfermagem na prevenção. ." CONNECTION LINE 14 (2016). Disponível em: <<http://www.periodicos.univag.com.br/index.php/CONNECTIONLINE/article/viewFile/324/563>> Acesso em 09 de agosto de 2016.
 13. REZENDE, A.A; SILVA, I.L ; Medo do idoso em sofrer quedas recorrentes: a marcha como fator determinante da independência funcional. ACTA FISIATR. 2010; Disponível em < http://www.actafisiatrica.org.br/detalhe_artigo.asp?id=47> Acesso em 10 de agosto de 2016.



CONGRESSO NACIONAL
DE **ENVELHECIMENTO**
HUMANO



(83) 3322.3222
contato@cneh.com.br
www.cneh.com.br