

## CONSEQUÊNCIAS DAS QUEDAS EM IDOSOS: REVISÃO DA LITERATURA

Bruna Kellen Sacramento de Freitas<sup>1</sup>, Eustáquio Luiz Paiva-Oliveira<sup>2</sup>

**Resumo:** Com o processo natural de envelhecimento um declínio em determinadas funções está associado o que pode acarretar em quedas frequentes desencadeando em consequências deletérias para os idosos. Este estudo tem como objetivo avaliar as consequências de quedas em idosos. Trata-se de uma revisão da literatura dos últimos quatro anos nas bases de dados Google acadêmico e SCielo nos idiomas inglês e português. Usou-se como descritores: quedas, idosos, consequências ambos com correlação direta. Os dados foram apresentados de maneira descritiva e tabular. Os resultados mostraram que a idade avançada associada a comorbidades tais como acidente vascular encefálicos, diabetes, artrites e uso excessivo de medicamentos contribuem de maneira significativa para quedas em idosos. Outro fator predisponente relatado pelos autores foi “cair da própria altura”, associado a um declínio característico do envelhecimento, com perda na habilidade da marcha e equilíbrio. Conclui-se que a somatória de fatores predisponentes associados a idade é determinante para quedas e como consequência redução na capacidade funcional e qualidade de vida dos idosos.

**Palavras-chave:** Quedas, Idosos, Consequências.

---

<sup>1</sup> Graduanda de Fisioterapia – FAVIÇOSA/UNIVIÇOSA. e-mail: brunakellen@yahoo.com

<sup>2</sup> Docente do Curso de Fisioterapia – FAVIÇOSA/UNIVIÇOSA. e-mail: eustaquiopaiva@univicoso.com.br

## Introdução

Um fenômeno que tem ocorrido mundialmente é o envelhecimento populacional, caracterizando-se como um dos eventos mais expressivos da sociedade, em particular nos países em desenvolvimento como o Brasil (GUERRA et al., 2016). O envelhecimento é um processo natural, gradativo e contínuo, que se inicia no nascimento e se prolonga por todas as fases da vida (ALVES et al., 2017).

Associado a essas mudanças no processo de envelhecimento humano desenvolvem-se alterações no perfil de morbimortalidade, aumentando a prevalência de doenças crônicas não transmissíveis e das quedas, o que pode gerar incapacidade funcional e diminuição da qualidade de vida nos idosos (PEIXOTO et al., 2015).

Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS), queda é o deslocamento não intencional do corpo para um nível inferior à posição inicial, com incapacidade de correção em tempo hábil. É determinada por circunstâncias multifatoriais, em que fatores intrínsecos (alterações fisiológicas próprias do envelhecimento, presença de morbidade, déficit no equilíbrio, visão, audição ou na marcha) e extrínsecos (riscos ambientais decorrentes de má iluminação ou piso escorregadio, comportamentos de risco, como subir em cadeiras ou escadas, e aqueles relacionados com as atividades do cotidiano) estão envolvidos, os quais são fatores relativos às circunstâncias da queda (VIEIRA et al., 2018).

As consequências das quedas variam desde pequenas escoriações, graves fraturas, até a morte. Após a queda, a maior porcentagem de idosos sofrem por consequências como o medo de cair novamente, este sentimento pode acarretar alterações psicossociais e emocionais, perda de autonomia e independência, incapacidade de realizar suas atividades de vida diária (AVD) e instrumentais de vida diária (AIVD), além do isolamento social e ideia de fragilidade e insegurança (GUERRA et al., 2016).

Dessa forma, as quedas podem ser consideradas como umas das

consequências mais graves do envelhecimento, sendo reconhecidas como importante problema de saúde pública, devido a frequência, morbidade e elevado custo social e econômico decorrente as lesões provocadas. A prevenção das quedas é uma preocupação de saúde pública e mudanças relativamente simples podem reduzir o risco de sua ocorrência (ALVES et al., 2017).

Portanto, baseado no exposto o objetivo deste estudo é descrever as consequências de quedas em idosos.

### **Material e Métodos**

Trata-se de um estudo de revisão de literatura realizado entre janeiro e abril de 2018. Foram selecionados artigos acadêmicos nas bases de dados Google Acadêmico e SCielo publicados nos últimos quatro anos. Foram utilizados para busca os seguintes descritores: quedas, fragilidades e idosos. Para análise das consequências das quedas considerou-se como critério de inclusão apenas artigos com correlação direta entre descritores supracitados, publicados em português e inglês. Os dados foram apresentados de forma descritiva e tabular.

### **Resultados e Discussão**

Durante análise dos dados foram encontrados vários artigos correlacionando as consequências das quedas em idosos que atendiam aos critérios de inclusão. Todos esses estudos mostram os fatores de riscos e as consequências que as quedas podem gerar nos idosos. Quase a totalidade dos trabalhos analisados apresentou como fator predisponente para queda relatados pelos idosos: cair da própria altura, uso excessivo de fármacos e comorbidades relacionadas. A associação desses fatores é determinante no aumento da possibilidade de quedas associado com a idade avançada (Tabela 1).

Tabela 1 – Análise dos trabalhos publicados

Autores	Objetivo do estudo	Tipo do estudo	Conclusão
PEIXOTO et al (2015)	Descrever a ocorrência de quedas em idosos.	Quantitativo	A ocorrência desse evento está associada à queda da própria altura, tendo como principal consequência as dores e sendo provocadas em sua maioria pelos fatores extrínsecos.
NASCIMENTO et al (2016)	Determinar a prevalência de quedas e verificar os fatores associados à queda em idosos.	Quantitativo	As quedas foram associadas ao sexo feminino; à idade de 80 anos ou mais; e à presença de duas ou mais morbidades. Ressalta-se que o maior preditor de quedas foi ter duas ou mais morbidades.
GUERRA et al (2016)	Determinar a prevalência de quedas em idosos.	Transversal	Os principais fatores que contribuíram para a queda, citado pelos idosos, foram cair da própria altura e fatores relacionados ao ambiente inadequado.
MORAIS et al., (2017)	Explorar as características da última queda em idosos brasileiros que caíram no último ano e identificar se a relação com as circunstâncias de quedas.	Transversal	Os principais fatores que contribuíram para a queda recorrente foi tropeçar e perder o equilíbrio e o uso de medicamentos de maneira crônica.
ALVES et al., (2017)	Descrever a incidência de quedas em idosos no município de Barbacena – MG, com seus fatores causais, circunstâncias e consequências.	Transversal	Os fatores mais correlacionados com as quedas foram uso de drogas, vítimas de acidente vascular cerebral e pessoas com doença renal crônica.
VIEIRA et al., (2018)	Avaliar a prevalência e os fatores associados à ocorrência de quedas em idosos.	Transversal	Os fatores associados à ocorrência de quedas identificada foi idade avançada, menor renda e escolaridade, incapacidade funcional para atividades instrumentais e portadores de enfermidades como diabetes, doença cardíaca e artrite.

## Conclusões

Baseado no exposto, conclui-se que a associação de inúmeros fatores são determinantes no risco de quedas em idosos e que as quedas comprometem de maneira significativa as atividades de vida diária bem como a qualidade de vida dessa população. Portanto, torna-se importante a execução de estratégias preventivas que diminuam a prevalência de quedas em idosos pelos profissionais de saúde, incluindo o fisioterapeuta.

## Referências Bibliográficas

ALVES, R.L.T. et al . Evaluation of risk factors that contribute to falls among the elderly. **Rev. bras. geriatr. gerontol.**, Rio de Janeiro, v. 20, n. 1, p. 56-66, fev. 2017.

GUERRA, H. S. et al. Prevalência de quedas em idosos na comunidade. **Revista Saúde e Pesquisa**, v. 9, n. 3, p. 547-555, set./dez. 2016.

MORAES, SA de et al . Characteristics of falls in elderly persons residing in the community: a population-based study. **Rev. bras. geriatr. gerontol.**, Rio de Janeiro, v. 20, n. 5, p. 691-701, out. 2017.

NASCIMENTO, JS; TAVARES, DMS. Prevalência e fatores associados a quedas em idosos. **Texto contexto - enferm.**, Florianópolis, v. 25, n. 2, e0360015, 2016.

PEIXOTO, M,P; ARTELOSA, R.C.C; SILVA, L.A.T; SANTOS, T.S.M. Causas e consequências de quedas em idosos atendidos no hospital de Santo Estevão, BA. **Revista Biociências**. [Internet] 2015; 21 (2).

VIEIRA, L S. et al . Falls among older adults in the South of Brazil: prevalence and determinants. **Rev. Saúde Pública**, São Paulo, v. 52, 22, 2018.