



REVISÃO / REVIEW / REVISIÓN

Risk factors for falls in the elderly: an integrative review

Fatores de risco para quedas em idosos: uma revisão integrativa
Factores de riesgo para caídas en ancianos: una revisión integrativa

Aglauvanir Soares Barbosa¹, Débora Brenna Costa de Almeida², Silvia Mara Rocha Bezerra³,
Sarah Maria de Sousa Feitoza⁴

ABSTRACT

Objective: to describe the scientific productions about the fall in the elderly and the complications caused by the falls. **Methods:** This is an integrative review of the literature with a search in the following databases: MEDLINE, LILACS, PubMed, Scielo and Scopus performed between September and November 2016 using the cross-referenced controlled descriptors: "Nursing", "Elderly", "Accident by fall", "Accident prevention" and "health promotion". **Results:** 12 articles were used. All researchers were done in Brazil and published in the following journals: LILACS (3), SCIELO (5), Scopus (3), and PubMed (1). Regarding the type of methodology, seven studies were cross-sectional, four cohort and one case control. **Conclusion:** It is necessary to develop more appropriate therapeutic plans which should be oriented individually to the elderly population and their relatives by health professionals as an important tool to prevent falls and their complications.

Descriptors: Nursing; Aged; Accidental falls; Accident prevention; Health promotion.

RESUMO

Objetivo: descrever as produções científicas, sobre queda em idosos e as complicações causadas em virtude das quedas. **Métodos:** Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, com busca nas seguintes bases de dados: MEDLINE, LILACS, Pubmed, Scielo e Scopus, entre setembro a novembro de 2016, utilizando o cruzamento dos descritores controlados: "Enfermagem", "Idoso", "Acidente por queda", "prevenção de acidentes" e "promoção da saúde". **Resultados:** foram utilizados 12 artigos. Todos foram pesquisas feitas no Brasil e publicados nos seguintes periódicos: LILACS (3), SCIELO (5), Scopus (3), e PubMed (1). Quanto ao tipo de metodologia, sete estudos foram do tipo transversais, quatro de coorte e um de caso controle. **Conclusão:** Se faz necessário a elaboração de planos terapêuticos mais apropriados, que deverão ser orientadas individualmente à população idosa e seus familiares, pelos profissionais da saúde como uma importante ferramenta de prevenção de quedas e suas complicações.

Descritores: Enfermagem; Idoso; Acidentes por quedas; Prevenção de acidentes; Promoção da saúde.

RESUMÉN

Objetivo: describir las producciones científicas, sobre caída en ancianos y las complicaciones causadas en virtud de las caídas. En el presente trabajo se analizaron los resultados obtenidos en el estudio de los resultados obtenidos en el estudio de los resultados obtenidos en el estudio, "Accidente por caída", "prevención de accidentes" y "promoción de la salud". **Resultados:** se utilizaron 12 artículos. Todos se han hecho investigaciones en Brasil y publicado en las siguientes revistas: LILACS (3), SCIELO (5), Scopus (3) y PubMed (1). En cuanto al tipo de metodología, siete estudios fueron del tipo transversales, cuatro de cohorte y uno de control. **Conclusión:** Se hace necesario la elaboración de planes terapéuticos más apropiados, que deberán ser orientados individualmente a la población anciana y sus familiares, por los profesionales de la salud como una importante herramienta de prevención de caídas y sus complicaciones.

Descritores: Enfermería; Ancianos; Accidentes por caídas; Prevención de accidentes; Promoción de la salud.

1. Mestranda em Enfermagem. Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira (Unilab). Redenção, Ceará, Brasil. E-mail: glauasb@gmail.com
2. Acadêmica de enfermagem. Monitora da disciplina de cuidados cirúrgicos. Universidade de Fortaleza.
3. Acadêmica de enfermagem. Universidade de Fortaleza.
4. Mestre em Enfermagem. Docente do curso de enfermagem da Universidade de Fortaleza.

INTRODUÇÃO

O aumento da população idosa traz consigo várias consequências, entre elas, a maior possibilidade de ocorrência de quedas, que se tornam mais frequentes, quanto maior a idade dos indivíduos. Com o envelhecimento os sistemas sensoriais, fundamentais no processo de manutenção do equilíbrio corporal, sofrem alterações fisiológicas, periféricas e centrais importantes, que afetam a capacidade funcional, predispondo o idoso ao desequilíbrio corporal e as quedas⁽¹⁾.

Vários fatores contribuem para a ocorrência de queda, como: problemas na mobilidade física, capacidade funcional, visual e cognitiva. Essas alterações, por sua vez, são decorrentes do processo fisiológico e inevitável da velhice, e estão mais acentuadas quando somadas às complicações decorrentes de doenças crônico-degenerativas não transmissíveis. A pessoa idosa agrupa uma gama de fatores que aumentam o risco de quedas: osteoporose, instabilidade postural, alteração da marcha, declínio cognitivo, dificuldades visuais, auditivas e polifarmácia⁽³⁾.

Saber se a queda pode interferir na capacidade funcional dos idosos e como isso ocorre, ou seja, que a mesma pode modificar a maneira como eles desenvolvem suas atividades básicas e instrumentais da vida diária, pode ser fator preditivo para a qualidade de vida dessa população. Pode indicar, ainda, o quanto essa pessoa, após a queda, passa a necessitar de ajuda para suas atividades, identificando ainda qual idoso tem ou não condições de morar só⁽⁵⁾.

Além do caráter debilitante, a queda assume importância no cenário da saúde pública por apresentar alta prevalência, onerando o sistema de saúde, na medida em que cresce a busca pela assistência médico-hospitalar para tratamento e reabilitação das lesões ocasionadas por eventos de quedas. Portanto, o presente trabalho justifica-se pela incidência de quedas e complicações que causam nos idosos, onde muitos ficam debilitados e restritos ao leito após episódios de queda⁽⁶⁾.

Nesse contexto, questiona-se: quais os fatores associados a quedas em pessoas idosas? A resposta a essa questão, auxiliará os profissionais de saúde na escolha do método de ensino adequado para trabalhar a prevenção de eventos adversos de quedas com o público idoso e assim ter melhores desfechos clínicos dos pacientes. Logo, o objetivo do estudo foi identificar, na literatura, e descrever as produções científicas, sobre queda em idosos e as complicações causadas pela mesma, assim como as intervenções para prevenção da queda.

METODOLOGIA

Trata-se de um estudo do tipo revisão integrativa da literatura, uma vez que ela contribui para o

processo de sistematização e análise dos resultados. A revisão integrativa da literatura, propõe o estabelecimento de critérios bem definidos sobre a coleta de dados, análise e apresentação dos resultados, desde o início do estudo, a partir de um protocolo de pesquisa previamente elaborado e validado⁽⁷⁾.

Deste modo para nortear a revisão de literatura elaborou-se os seguintes questionamentos: Como ocorrem as quedas? O que ocasiona as quedas? Que tipo de incapacidades ocasionam as quedas nos idosos? O que fazer para prevenir a ocorrência de quedas em idosos?

Para a seleção dos artigos, foram utilizadas as seguintes bases de dados: MEDLINE (Medical Literature Analysis and Retrieval System Online), LILACS (Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde), Ebsco, Pubmed, Scielo e Scopus.

A busca foi realizada pelo acesso online. Os critérios de inclusão foram: artigos disponíveis na íntegra, artigos que atendam aos descritores e assuntos do estudo. Estar publicado nos idiomas inglês ou português. Os estudos que não se enquadraram nas características citadas foram excluídos desta revisão.

Foram utilizados os descritores controlados: “Enfermagem”, “Idoso”, “Acidente por queda”. “prevenção de acidentes” e “promoção da saúde”. O cruzamento dos descritores realizou-se em combinação única utilizando o operador booleano AND.

Com base nas informações coletadas por meio do instrumento, construiu-se um quadro sinóptico, de modo a possibilitar a análise dos artigos, que se baseou no conteúdo bibliográfico e na confluência de temas que se organizaram na sequência da pesquisa. Tendo sido utilizado para a construção final da revisão um total de 12 artigos.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A amostra final desta revisão foi constituída de onze artigos, selecionados pelos critérios de inclusão previamente estabelecidos. As especificações de cada pesquisa seguem no quadro 1.

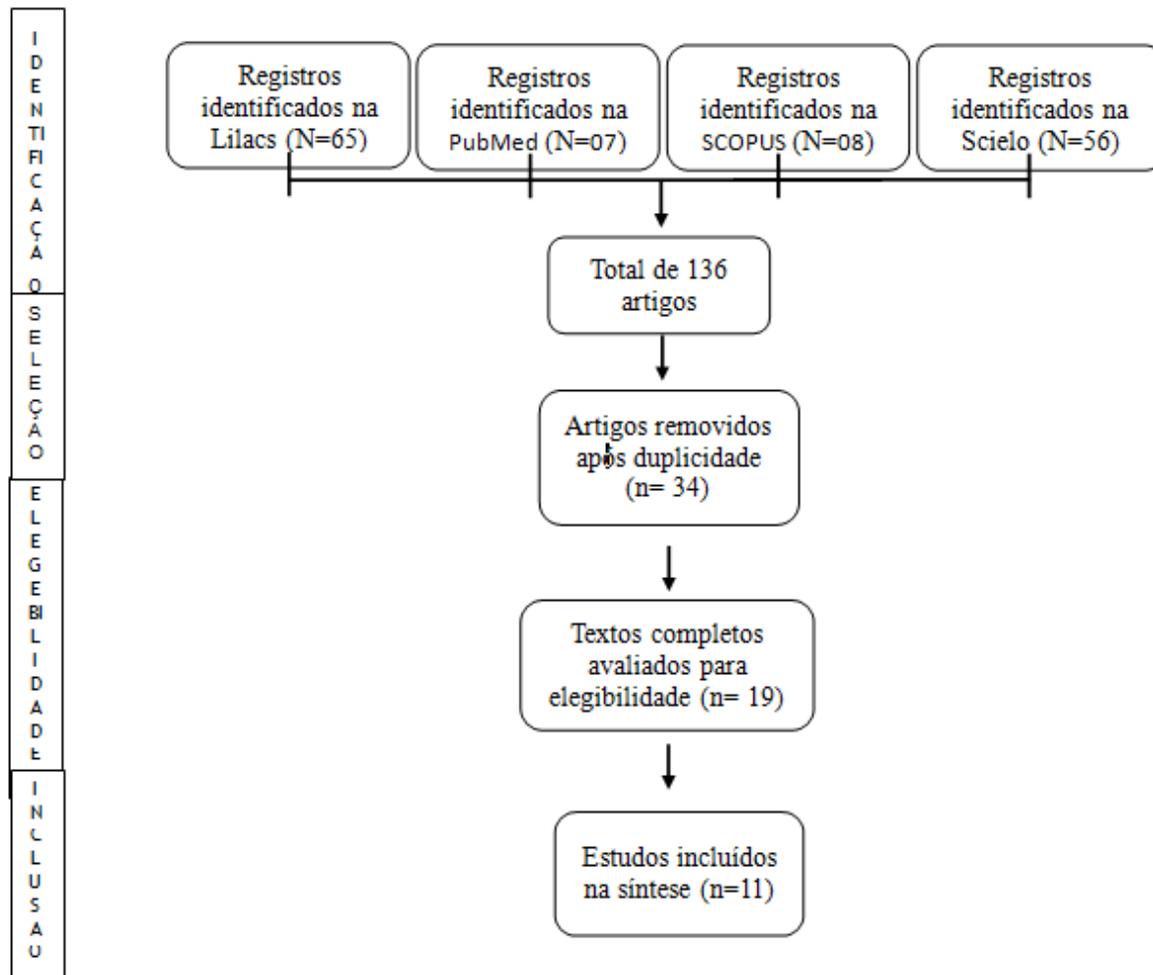
No Quadro 1, apresenta-se uma síntese das características dos estudos selecionados, com a base de dados utilizada, ano da publicação, objetivos, resultados e conclusões das produções encontradas. Dos doze artigos selecionados, todos foram pesquisas feitas no Brasil e publicados nos seguintes periódicos: LILACS (3), SCIELO (5), Scopus (3), e PubMed (1). Os estudos foram publicados entre 2007 e 2016, sendo a maioria publicada em 2015. A figura 1, apresenta o processo de seleção deste estudo.

Quanto ao tipo de metodologia, sete estudos foram do tipo transversais, quatro de coorte e um de caso controle. Essa prevalência de estudos exploratórios, está em consonância com os objetivos dos estudos encontrados.

Quadro 1. Apresentação da síntese dos artigos incluídos na revisão integrativa.

Referência (Ano)	Base de Dados	Objetivo do estudo	Periódico	Tipo de Estudo
A ¹ (2016)	LILACS	Verificar a eficácia de um programa de prevenção a quedas em idosos socialmente ativos.	Revista Distúrbios da comunicação	Estudo de coorte transversal, quantitativo e qualitativo
A ² (2015)	SCIELO	Verificar a associação entre capacidade cognitiva e quedas em uma população de idosos e caracterizar o perfil dessa amostra.	Cadernos Saúde Coletiva	Estudo de delineamento transversal
A ³ (2015)	LILACS	Verificar os fatores de risco para quedas presentes em idosos acompanhados por equipes de Programa de Saúde da Família, segundo a taxonomia de NANDA.	Revista de enfermagem do centro-oeste	Estudo quantitativo-descritivo
A ⁴ (2016)	SCIELO	Verificar a prevalência e os fatores associados à fragilidade em idosos não institucionalizados residentes ao norte de Minas Gerais, Brasil.	Revista brasileira de enfermagem	Pesquisa transversal e analítica, com abordagem quantitativa
A ⁵ (2012)	SCIELO	Determinar a prevalência de quedas em idosos e sua relação com a capacidade funcional.	Revista latino-americana de enfermagem	Estudo epidemiológico transversal de base populacional
A ⁶ (2015)	SCIELO	Analisar a prevalência e os fatores associados a quedas em idosos adscritos a uma Unidade Básica de Saúde.	Ciência & saúde coletiva	Estudo observacional, descritivo de coorte transversal.
A ⁷ (2015)	SCOPUS	Identificar a relação entre o risco de quedas e capacidade funcional, respiratória.	Revista Neurociência	Pesquisa do tipo analítica com delineamento transversal e abordagem quantitativa
A ⁸ (2012)	SCOPUS	Avaliar o risco de quedas em idosos.	Revista escola de enfermagem da USP	Estudo epidemiológico de coorte transversal com abordagem quantitativa
A ⁹ (2013)	LILACS	Verificar a associação entre as características da queda e o grupo etário	Caderno de Saúde Pública	Estudo Transversal
A ¹⁰ (2015)	SCIELO	Conhecer a incidência de quedas em idosos residentes de instituições de longa permanência do Distrito Federal.	Revista brasileira de geriatria e gerontologia	Estudo quantitativo, sendo um delineamento de coorte concorrente ou prospectivo
A ¹¹ (2015)	PubMed	Conhecer a incidência de quedas em idosos residentes de instituições de longa Permanência.	Revista Latino americana de enfermagem	Estudo quantitativo com delineamento de coorte concorrente ou prospectivo

FIGURA 1: Diagrama do Processo de Seleção dos Artigos.



RESULTADOS E DISCUSSÃO

A associação entre comprometimento cognitivo e queda na população idosa, reforça a necessidade de investimentos não só na saúde do idoso, mas também na educação dos adultos atuais para que possam envelhecer com autonomia e independência, não experimentando o alto grau de morbidade e perda da capacidade funcional observados atualmente com o processo de envelhecimento. As análises dessa associação em conjunto com o perfil encontrado contribuem para a importância do enfrentamento dos determinantes sociais em saúde como causas primárias para os diferentes tipos de envelhecimento e para as diferentes formas de envelhecer⁽²⁾.

O equilíbrio é um processo complexo que depende da interação harmônica de diversos sistemas do corpo humano. Déficits de equilíbrio provocam alterações posturais, uma vez que o idoso tende a projetar o corpo para frente, assumindo uma postura cifótica. Esta postura cifótica mantida ao longo dos anos provoca aumento na rigidez da caixa torácica, perda de retração elástica dos pulmões, e diminuição significativa da força dos músculos respiratórios e levam há uma redução progressiva da função pulmonar em indivíduos idosos⁽⁹⁾.

Déficits de equilíbrio provocam alterações posturais, uma vez que o idoso tende a projetar o corpo para frente, assumindo uma postura cifótica. Esta postura cifótica mantida ao longo os anos provoca aumento na rigidez da caixa torácica, perda de retração elástica dos pulmões, e diminuição significativa da força dos músculos respiratórios e

levam há uma redução progressiva da função pulmonar em indivíduos idosos⁽⁹⁾.

Os eventos de quedas são associados a causas intrínsecas e causas extrínsecas. Sendo assim, fez o agrupamento em duas categorias, conforme os fatores de riscos encontrados, entre extrínsecos e intrínsecos.

Fatores Extrínsecos

As causas extrínsecas estão, principalmente, associadas ao ambiente residencial como a utilização de cerâmicas lisas nos chãos; excesso ou pouca iluminação; escadas sem corrimão, com degraus altos ou estreitos; banheiros sem barras de proteção, sanitário baixo, sem tapetes antiderrapantes e chão molhado; e cama muito alta.

O banheiro e o quarto, são os dois ambientes onde os idosos passam um maior espaço de tempo, sendo assim são relatados como os dois cômodos onde mais acontecem às quedas. Além destes fatores ambientais, existem também a presença de animais domésticos, quinas de móveis, prateleiras muito altas e falta de braço de descanso nas cadeiras⁽¹⁰⁾.

Faz-se necessário, que sejam feitas alterações nos ambientes domésticos, como o uso de corrimão, ambientes claros, livres de tapetes e com piso antiderrapante, de forma a minimizar os perigos, além da necessidade de promover a saúde, prevenir doenças e incapacidades do idoso com o objetivo de diminuir os riscos que possam propiciar quedas⁽⁵⁾.

Fatores Intrínsecos

Os fatores intrínsecos são aqueles relacionados ao próprio idoso e refletem a incapacidade, pelo menos parcial, de o mesmo manter ou recuperar o equilíbrio quando houver um deslocamento acentuado do centro de gravidade. Alterações fisiológicas relacionadas ao envelhecimento, presença de doenças agudas, fraqueza muscular e alterações da marcha, por exemplo, podem prejudicar a capacidade de manter o equilíbrio⁽¹¹⁾.

Os idosos que não praticam atividades físicas estão mais sujeitos às quedas, pois o sedentarismo enfraquece e hipotrofia a musculatura. O exercício físico melhora o condicionamento dos músculos e o equilíbrio corporal, sendo fator de proteção para as quedas e até fraturas⁽¹²⁾.

A utilização de polifarmácia, ou seja, cinco ou mais medicamentos pelos idosos é considerado um fator de risco para as quedas, pois eles estão mais susceptíveis às reações adversas dos medicamentos. As principais drogas associadas às quedas são os bloqueadores do canal de cálcio, benzodiazepínicos e vasodilatadores cerebrais, por causarem efeitos como tontura, sedação residual ao longo do dia e confusão⁽¹⁰⁾.

CONCLUSÃO

O presente estudo propiciou melhor entendimento dos fatores associados ao risco de queda em idosos, informações fundamentais desse agravo e suas consequências. A elaboração de planos terapêuticos mais apropriados e incentivar a eliminação de inadequações nos domicílios desses indivíduos são medidas que deverão ser orientadas individualmente aos pacientes direcionadas à população idosa pelos profissionais da saúde como uma importante ferramenta de prevenção de complicações.

As mudanças do perfil epidemiológico que emergem no cenário nacional, demandam nova compreensão e um novo olhar sobre a saúde da população idosa, sendo preciso que os profissionais de saúde estejam preparados e capacitados para prestar um atendimento de qualidade, independente da gravidade ou complexidade da doença.

REFERÊNCIAS

1. Taguchi CK, Santos TFO, Nascimento RS, Silva AR, Raposo OFF, Teixeira JP. Eficácia de programa de prevenção de quedas em idosos. Rev Dist da Com [internet]. 2016 [cited 2016 out 09]; 28(2):286-94 Available from: <http://revistas.pucsp.br/index.php/dic/article/view/24714/20141>
2. Cruz DT, Cruz FM da, Ribeiro AL, Veiga CL da, Leite ICG. Associação entre capacidade cognitiva e ocorrência de quedas em idosos. Cad Saúde Colet [internet]. 2015 [cited 2016 out 10]; 23(4):386-93 Available from: <http://www.scielo.br/pdf/cadsc/v23n4/1414-462X-cadsc-23-4-386.pdf>

3. Kuznier TP, Souza CC, Chianca TCM, Ercole FF, Alves M. Fatores de risco para quedas descritos na taxonomia da NANDA-I para uma população de idosos. Rev de enf do cent oeste min [internet]. 2015 [cited 2016 out 10]; 5(3):1855-70 Available from: <http://www.seer.ufsj.edu.br/index.php/recom/artic le/view/783/938>
4. Carneiro JÁ, Ramos GCF, Barbosa ATF, Mendonça JMG de, Costa FM da, Caldeira AP. Prevalence and factors associated with frailty in non-institutionalized older adults. Rev bras de enf [internet]. 2016 [cited 2016 out 09]; 69(3):408-15 Available From: <http://www.scielo.br/pdf/reben/v69n3/0034-7167-reben-69-03-0435.pdf>
5. Fhon JRS, Wehbe SCCF, Vendruscolo TRP, Stackfleth R, Marques S, Rodrigues RAP. Quedas em idosos e relação com a capacidade funcional. Rev Lat Am Enferm [internet]. 2012 [cited 2016 dez 05]; 20(5):[08 telas] Available from: http://www.scielo.br/pdf/rlae/v20n5/pt_15.pdf
6. Santos RKM, Maciel ACC, Britto HMJ de S, Lima JCC, Souza TO de. Prevalence and factors associated with the risk of falls among the elderly registered in a primary healthcare unit of the city of Natal in the state of Rio Grande do Norte, Brazil. Ciên & Saúde col [internet]. 2015 [cited 2016 out 10]; 20(12):3753-62 Available from: <http://www.scielo.br/pdf/csc/v20n12/1413-8123-csc-20-12-3753.pdf>
7. Mendes KDS, Silveira RC de CP, Galvão CM. Integrative literature review: a research method to incorporate evidence in health care and nursing. Texto & cont Enferm [internet]. 2008 [cited 2016 out 10]; 17(4):758-64 Available From: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-07072008000400018
8. Reis LA dos. Moreira J da SS, Duarte SFP. Risk of falling, respiratory and functional capacity in elderly residents in institutions of long stay. Rev Neuroci [internet]. 2015 [cited 2016 dez 05]; 23(3):397-04 Available from: <http://www.revistaneurociencias.com.br/edicoes/2015/2303/original/1071original.pdf>
9. Cavalcante DPM et al. Profile and environment of the elderly, who had falls and met at a clinic for geriatrics and gerontology in Distrito Federal. Rev Kai Geron [internet]. 2015 [cited 2016 dez 05]; 18(1): 93-07 Available From: <http://revistas.pucsp.br/index.php/kairos/article/viewFile/23890/17135>
10. Oliveira AS, Trevizan PF, Bestetti MLT, Melo RC. Fatores ambientais e risco de quedas em idosos: revisão sistemática. Rev Bras Geriatr Geron [internet]. 2014 [cited 2016 dez 05]; 17(3):637-45 Available from: <http://www.scielo.br/pdf/rbgb/v17n3/1809-9823-rbgb-17-03-00637.pdf>

11. Soares DS, Mello LM, Silva AS, Nunes AA. Analysis of factors associated to falls and hip fractures in elderly people: a case-control study. Rev Bras Geriatr Geron [internet]. 2015 [cited 2016 out 10]; 18(2):239-48 Available From: <http://www.scielo.br/pdf/rbgg/v18n2/1809-9823-rbgg-18-02-00239.pdf>

12. Antes DL, Schneider IJC, Benedetti TRB, d'orsi E. Medo de queda recorrente e fatores associados em idosos de Florianópolis, Santa Catarina, Brasil. Cad Saúde Pú [internet]. 2013 [cited 2016 out 10]; 29(4):758-68 Available From: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-311X2013000400013

Sources of funding: No

Conflict of interest: No

Date of first submission: 2018/06/01

Accepted: 2018/10/24

Publishing: 2018/12/01

Corresponding Address

Aglauvanir Soares Barbosa
Endereço: Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira (Unilab). Redenção, Ceará, Brasil.
Contato: glauasb@gmail.com

Como citar este artigo:

Barbosa AS, Almeida DBC, Bezerra SMR, Feitoza SMS. Fatores de risco para quedas em idosos: uma revisão integrativa. Rev. Enferm. UFPI [internet]. 2018 [acesso em: dia mês abreviado ano];7(4):67-72. Disponível em: Insira o DOI.

