

# Risco de quedas em idosos residentes numa comunidade rural

João Filipe Barreira Preto<sup>1</sup>; Eugénia Maria Garcia Jorge Anes<sup>2\*</sup>

<sup>1</sup> Unidade de Cuidados Continuados Integrados da Santa Casa da Misericórdia de Montalegre, Portugal; <sup>2</sup> Instituto Politécnico de Bragança, Portugal.

\*eugenia@ipb.pt

## Resumo

Com o envelhecimento observa-se uma redução da massa muscular e da massa óssea com diminuição da força e do equilíbrio. Decorrente deste processo os acidentes por quedas são frequentes na população idosa, resultando daí elevada incapacidade e mortalidade. A melhor abordagem na problemática das quedas é a sua prevenção. A possibilidade de triar idosos avaliando componentes associadas ao risco de cair, e planejar intervenções personalizadas de modo a diminuir esse risco pode ser decisiva para a obtenção de maiores ganhos em saúde.

## Problema e questões de investigação | Objetivos

Neste contexto realizamos um estudo de investigação guiado pelo objetivo geral:

1. Avaliar o risco de queda, e os fatores a ele associados, em idosos que vivem numa comunidade rural.

Delinearam-se as seguintes questões de investigação:

- O risco de cair relaciona-se com variáveis sociodemográficas?
- O risco de quedas varia de acordo com alterações sensoriais?
- O risco de quedas varia de acordo com o uso de meios auxiliares de marcha?
- O medo de cair influencia o risco de quedas?

## Metodologia

Estudo transversal, descritivo-correlacional, de abordagem quantitativa. Os dados foram recolhidos numa comunidade rural do Concelho de Bragança, por amostragem de conveniência e através de formulário aplicado a pessoas com mais de 65 anos. A variável dependente "Risco de quedas" foi avaliado pelo teste Timed Up and Go. O medo de cair foi avaliado pela FES (Efficacy Scale). O estudo obteve parecer favorável da Comissão de Ética do IPB.

## Apresentação e discussão dos dados

- Foram avaliados 48 idosos (78,2±7,8 anos) a maioria mulheres (62,5%). Verificou-se que 17 idosos caíram no último ano, o que corresponde uma prevalência de quedas de 35,4%.
- Para  $p < 0,05$ , os fatores mais associados ao risco de cair foram a pertencer ao sexo feminino, a elevada idade, a existência de problemas de audição, o uso de meios auxiliares de marcha e o medo de cair.
- A literatura salienta que o medo de cair leva o indivíduo a evitar atividades, as quais seria capaz de realizar caso esse medo não existisse, criando-se um ciclo vicioso em que o idoso deambula cada vez menos, perdendo força muscular e capacidade funcional para o desempenho de atividades de vida diária.



2022  
VII ENCONTRO  
DE JOVENS  
INVESTIGADORES



## Resultados

Tabela.1 – Risco de quedas entre homens e mulheres

Sexo	N	M±DP	p
Feminino	30	25,0±7,9	$<0,05$
Masculino	18	19,4±9,4	
Total	48	22,9±8,8	

M- Média  
DP- Desvio Padrão  
p- Significância do teste Wilcoxon

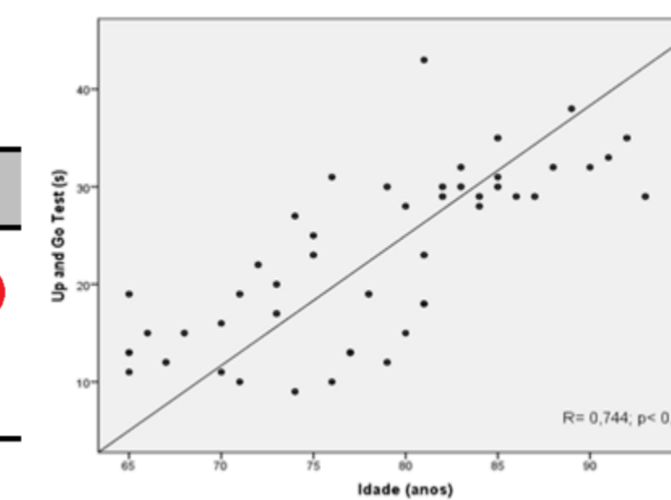


Fig.1 – Correlação entre a idade e Up and Go

Tabela.2 – Risco de queda entre os idosos com problemas de visão e audição

Teste Up and Go (s)	Problemas de visão			
	N	M±DP	p	
Sim	37	23,7±8,8	$>0,05$	
Não	11	20,5±9,0		
Total	48	22,9±8,8		
Teste Up and Go (s)	Problemas de audição			
	N	M±DP	p	
Sim	25	26,6±7,7	$<0,05$	
Não	23	19,0±8,5		
Total	48	22,9±8,8		

M- Média  
DP- Desvio Padrão  
p- Significância do teste Wilcoxon

Tabela.3 - Risco de queda entre idosos que necessitam, ou não, auxiliares para a marcha

Uso de auxiliares de marcha	N	M±DP	p
Sim	19	31,0±5,0	$<0,05$
Não	29	17,7±6,5	
Total	48	22,9±8,8	

M- Média  
DP- Desvio Padrão  
p- Significância do teste Wilcoxon

Tabela.4 – Correlação entre tempos Up and Go e pontuações da FES

		Up and Go	FES TOTAL
Up and Go	Pearson (R)	1	
	Significância (p)	-	
	N	48	
FES TOTAL	Pearson (R)	-0,735**	1
	Significância (p)	$0,001$	-
	N	48	48

\*\* Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

## Conclusão

Os resultados da investigação mostram uma alta prevalência de quedas para o último ano (35,4%) na amostra em estudo, e foi possível identificar as consequências das quedas e alguns fatores de risco a elas associadas.

Na associação entre o risco de quedas, mensurado pelo tempo Up and Go, com o sexo e a idade, estas variáveis apresentaram-se como fatores de risco, com significância estatística. Assim, ser do sexo feminino e ter maior idade aumentou o risco de quedas da nossa amostra.

Nos problemas de saúde a audição prejudicada relacionou-se de forma estatisticamente significativa com o risco de quedas. Idosos que usavam auxiliares de marcha apresentavam também maior risco de cair.

Os profissionais de saúde devem assumir um papel fundamental no desenvolvimento de estratégias de deteção precoce do risco de cair nos idosos que vivem na comunidade, desenvolvendo intervenções estruturadas que reduzem esse risco.

## Bibliografia

- Andrade, L., Costa, C., Diogenes, D., & Pimentel, P. (2021). Timed Up and Go teste na avaliação do risco de quedas em idosos: uma revisão de literatura. *Research, Society and Development*, 10(13).
- Coimbra, V., Marques, E., & Cheves, C. (2019). Prevalência de quedas em idosos residentes numa comunidade rural. *Millenium*, 3(Esp), 109–116.
- Cruz, D. T. D., Ribeiro, L. C., Vieira, M. D. T., Teixeira, M. T. B., Bastos, R. R., & Leite, I. C. G. (2012). Prevalência de quedas e fatores associados em idosos. *Revista de Saúde Pública*, 46(1), 138–146.
- Gale, C., Cooper, C., & Aihie, A. (2016). Prevalence and risk factors for falls in older men and women: The English Longitudinal Study of Ageing. *Age and Ageing*, 45(46), 789–794.
- Pena, S., Guimarães, H., Lopes, J., Guandalini, L., Taminato, M., Barbosa, D., & Barros, A. (2019). Medo de cair e o risco de queda: revisão sistemática e metanálise. *Acta Paulista de Enfermagem*, 32, 456–463.
- Ruiz, N. A., Ruiz, S. A., Paredes, F. E., Lagos, M. B., Espejo, M. T., & Rivas, F. J. (2021). Prevalencia del miedo a caer y factores asociados en personas mayores que viven en la comunidad. *Atención Primaria*, 53(2), 1962.
- Smith, A., Silva, A., Rodrigues, R., Moreira, M., Nogueira, J., & Tura. (2017). Avaliação do risco de quedas em idosos residentes em domicílio. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, 25.