

Quedas em idosos e as principais condutas da enfermagem na prevenção e tratamento das consequências

Falls in elderly and main nursing behavior in the prevention and treatment of consequences

DOI:10.34117/bjdv7n8-287

Recebimento dos originais: 07/07/2021

Aceitação para publicação: 12/08/2021

Eronildo de Almeida Andrade

Especialista em Pneumologia

Instituição: Secretaria Estadual de Saúde -SES- PE

Endereço: Rua Aprígio Guimarães, Tejipió- Recife- PE

E-mail: eronildo.enfermeiro@gmail.com

Carlos Henrique Souza Andrade

Enfermeiro

Instituição: Centro Universitário São Miguel - UNISÃOMIGUEL

Endereço: Rua Batalha de Tejucupapo, Torrões- Recife- PE

E-mail: henrique.enffsm@hotmail.com

Wanderson Santos de Farias

Enfermeiro Doutor em Ciências da Educação

Instituição: Universidad de Desarrollo Sustentable-UDS/PY

Endereço: Rua Severino Feliciano de Barros, Santo Antônio- Surubim- PE

E-mail: wandersonfarias96@hotmail.com

Vivia Conceição da Silva

Especialista em Psiquiatria

Instituição: Secretaria Estadual de Saúde -SES- PE

Endereço: Rua Augusto Rodrigues, Encruzilhada- Recife- PE

E-mail: viviafsm@hotmail.com

Adriana Barbosa Tavares

Especialista em Pneumologia

Instituição: Secretaria Estadual de Saúde -SES- PE

Endereço: Rua Professor Augusto Lins e Silva, Boa Viagem- Recife- PE

E-mail: tavares.adrivl@hotmail.com

Juliana Alves Accioly Lins

Especialista em Serviços de Saúde Pública

Instituição: Universidade de Pernambuco-UPE

Endereço: Rua José Geraldo de Castro Paes, Nossa senhora do Ó-Paulista-PE

E-mail: julianaaccioly@hotmail.com

RESUMO

Esta pesquisa objetivou identificar na literatura as causas de quedas em idosos e as principais condutas da enfermagem na prevenção e tratamento das consequências. Trata-se de uma pesquisa de revisão da literatura. Os artigos mostraram que os indivíduos que mais caem e de forma recorrente são as mulheres, sendo pertinente destacar os dados dos pesquisadores do estudo 4 da tabela exposta, que mostra que as mulheres tiveram uma prevalência de 72,3% e na pesquisa 8 foi de 66,7%, o que fica claro que as mulheres sofrem mais episódios de queda do que os homens. Ficando assim entendido que é preciso existir mais preocupações com as adaptações dos espaços físicos, assim como fortalecer a fiscalização a fim de manter as instituições dentro dos padrões exigidos pelos órgãos competentes e prevenir novos incidentes. São inúmeras as consequências das quedas encontradas nos estudos selecionados, sendo as principais, a dor, ferimentos graves, fratura, internações, medo de cair novamente, alterações na capacidade funcional, entre outras. Os achados deste estudo reforçam a necessidade de políticas públicas voltadas para este público com a ampliação de investimentos para garantir a promoção da saúde e prevenção de morbidades, visto que, dentre os preditores para as quedas, apenas alguns fatores podem ser minimizados ou solucionados por meio da intervenção do profissional de saúde, enquanto outros são de competência das autoridades de saúde e do poder público.

Palavras-chave: Saúde do Idoso, Acidentes por quedas, Enfermagem Geriátrica.

ABSTRACT

This research aimed to identify in the literature the causes of falls in the elderly and the main nursing practices in the prevention and treatment of the consequences. It consists of a literature review study. The articles showed that the individuals who fall most often and recurrently are women, and it is pertinent to highlight the data from the researchers of study 4 of the exposed table, which shows that women had a prevalence of 72.3% and in research 8 it was 66.7%, which makes it clear that women suffer more episodes of falls than men. Thus, it is understood that it is necessary to have more concerns about the adaptations of physical spaces, as well as strengthen the supervision in order to keep the institutions within the standards required by the competent bodies and prevent new incidents. There are many consequences of falls found in the selected studies, the main ones being pain, serious injuries, fractures, hospitalizations, fear of falling again, changes in functional capacity, among others. The findings of this study reinforce the need for public policies aimed at this audience with the expansion of investments to ensure health promotion and prevention of morbidities, since, among the predictors for falls, only some factors can be minimized or solved through the intervention of health professionals, while others are the responsibility of health authorities and the government.

Keywords: Elderly health, Accidents from falls, Geriatric Nursing.

1 INTRODUÇÃO

Com as mudanças ocorridas ao longo dos anos no declínio das taxas de fecundidade e ao desenvolvimento tecnológico e terapêutico no tratamento de doenças, o perfil da população mundial tem mudado, isto se deve aos mais variados fatores que implicam diretamente na qualidade de vida das pessoas, na assistência à saúde, no que se

refere a erradicação e controle de doenças, a facilitação do acesso à prevenção, promoção, proteção e recuperação por parte da população (MIRANDA; MENDES; SILVA, 2016).

Assim, a expectativa de vida da população tem aumentado, conseqüentemente tem-se um alto número da população idosa, fazendo-se necessário a realização de estudos a fim de investigar como ofertar melhor assistência à pessoa idosa, visto que com o aumento da longevidade surgem também os problemas decorrentes do envelhecimento (GOMES *et al.*, 2014).

As pesquisas apontam que, em 2050 a população brasileira chegará a 253 milhões de habitantes, sendo a quinta maior população do planeta, perdendo apenas para a Índia, China, EUA e Indonésia (MENDES *et al.*, 2018). O último censo brasileiro, realizado em 2010 mostrou que a população está apresentando uma alteração em seu perfil demográfico, pois está ficando mais velha, tendo em vista que, o índice de envelhecimento populacional teve um aumento considerável, passando de 19,8%, em 2000, para 30,7%, em 2010 (BRASIL, 2013).

O envelhecimento é um processo que ocorre simultaneamente associado às alterações diversas no indivíduo, como a redução da massa muscular e óssea, associada à perda de equilíbrio, diminuição dos sentidos como visão e audição, muitas vezes somadas aos efeitos de medicamentos, contribuem com aumento de quedas entre os idosos (SOUZA, 2017).

“O envelhecimento é um fenômeno complexo que está exigindo, cada vez mais, estudos multidisciplinares para seu melhor entendimento e compreensão.” (CAMPOS; FERREIRA; VARGAS, 2015, p. 2). No Brasil, é considerada pessoa idosa aquela com 60 anos de idade ou mais, e o processo de envelhecimento da população não se dá de maneira heterogênea, acontece em diferentes níveis de acordo com aspectos particulares e em cada região, sendo que é importante destacar que houve uma enorme transição na idade bem como nas condições de vida da população no período do século XX e início do século XXI.

Porém, diferentemente do que acontece nos países desenvolvidos, em que a estrutura social é diferenciada, bem como os níveis de assistência à saúde, o Brasil não estava preparado para essas mudanças de forma tão ligeira. A fim de atender com eficiência às demandas resultantes do aumento da expectativa de vida, que hoje gera encontram vários problemas pela ineficiência no atendimento à população idosa, que hoje atinge o número de 19,07 milhões de pessoas, perfazendo atualmente, 10,2% da população brasileira (RAPOSO; LEITE; MACIEL, 2018).

Em decorrência do processo de senescência, designada pelo envelhecimento fisiológico do organismo, ocorrem um conjunto de mudanças orgânicas, funcionais e psicológicas, como diminuição da massa muscular e da velocidade da marcha. Alterações patológicas que podem acometer o idoso nessa fase da vida estão relacionadas ao processo denominado senilidade e implicam diretamente na qualidade de vida dos idosos, que muitas vezes acabam se encontrando em situação de vulnerabilidade, como consequência do descontrole das doenças crônicas que podem levar às situações de quedas com frequência, eventos estes que podem culminar em hospitalização, processos cirúrgicos, até mesmo em óbitos (TAVARES *et al.*, 2017).

A população idosa tem crescido nos últimos anos no Brasil, e pensando que esta população precisa envelhecer com qualidade de vida, é válida a realização de estudos sobre os fatores e os agravos à saúde que permeiam a população idosa. No caso de quedas, trata-se de uma situação frequente na vida deste grupo de pessoas e que pode trazer graves consequências para a sua saúde.

Ao final da realização deste estudo, espera-se que ele seja útil para a enfermagem, por ser uma pesquisa que enfatiza o papel do profissional enfermeiro neste contexto, para os acadêmicos que poderão se apropriar da temática, e por fim, para a população idosa que poderá usufruir de uma assistência de melhor qualidade, considerando que as investigações podem apontar para um caminho que represente a diminuição das causas de queda entre os idosos, uma vez que este estudo se ocupa em reunir evidências presentes na literatura sobre suas principais causas e a minimização suas consequências.

2 DELINEAMENTO METODOLÓGICO

Trata-se de uma revisão narrativa da literatura, que consiste no processo de busca, análise e descrição de um corpo do conhecimento a fim de responder uma pergunta específica. A “Literatura” cobre todo o material relevante que é escrito sobre um tema: livros, artigos de periódicos, artigos de jornais, registros históricos, relatórios governamentais, teses e dissertações e outros tipos. Neste caso, optou-se por utilizar apenas estudos publicados em periódicos online.

A busca dos artigos foi realizada nas bases de dados LILACS (Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde) e na biblioteca SciELO (Scientific Electronic Library Online). Para tal, foi acessado a Biblioteca Virtual em Saúde Pública (BVS)/Bireme/OMS (<http://bases.bvs.br>). Para a realização da busca, foram usadas

estratégias com base nos descritores padronizados: Saúde do Idoso. Acidentes por quedas. Enfermagem Geriátrica.

Os termos padronizados foram identificados nos: Descritores em Ciências da Saúde (DeCS). Foram buscados pesquisas que estivessem publicadas nos últimos cinco anos (2015- 2020). Foram utilizados os operadores booleanos “And e Or”.

Na primeira etapa ocorreu a pesquisa dos artigos com o tema em questão. Na qual foram identificados na busca inicial com o título “quedas idosos” na Scielo um total de 308 publicações e na Lilacs 1346.

Na segunda etapa, foi realizado um filtro com os critérios de inclusão, sendo estes: Estudos originais; disponibilizados gratuitamente na íntegra; publicados a partir do ano de 2015; escritos no idioma português. Após esse momento, foi realizada uma leitura dos artigos, na qual foram excluídos estudos que abordavam quedas em idosos, porém na rua, em seus domicílios e em ambiente hospitalar, pois o não contemplavam o foco deste estudo.

Na terceira etapa foi realizada uma leitura criteriosa das metodologias e dos resultados, sendo excluídos os artigos de estudo de caso, os que não enfatizavam causas e consequências das quedas, bem como aqueles que não destacavam o papel da enfermagem no contexto do cuidado da pessoa idosa, já que este estudo visa identificar na literatura as causas de quedas em idosos e as principais condutas da enfermagem na prevenção e tratamento das consequências.

A quarta etapa compreendeu na leitura minuciosa e retirada das informações dos estudos selecionados para compor as duas tabelas. Sendo a tabela 1 responsável por expor as seguintes informações dos estudos selecionados: Nome dos autores, ano de publicação, metodologia dos estudos e título das pesquisas, enquanto que a tabela dois expõe objetivo, resultados e conclusão dos artigos.

Após as etapas acima expostas restam um total de (n= 10), destes, 3 são da Lilacs e 7 da Scielo, os quais compõem as duas tabelas abaixo expostas e com os quais foram discutidos os achados e confrontados com outros estudos que tiveram a mesma finalidade buscando mostrar o atual cenário de saúde pública no que se refere às questões de acessibilidade e atenção à saúde da pessoa idosa, já que este problema de saúde pública é significativo no que se trata de danos à saúde da pessoa idosa, limitações, traumas, e, conforme mostrado na introdução desta pesquisa, a queda tem sido uma das principais causas de morte da pessoa idosa no Brasil.

3 RESULTADOS

A tabela 1 caracteriza os estudos conforme ano, metodologia e títulos, buscando situar o leitor quanto ao cenário das publicações referente as causas e consequências das quedas na população idosa.

Sendo feito um recorte da literatura de pesquisas publicadas no período de 2015 a 2019.

Tabela 1: Descrição das publicações selecionadas de acordo com autor, ano de publicação, tipo do estudo e título da pesquisa. Recife/PE, 2020.

Autor/Ano	Tipo de estudo	Título do Estudo
FERNANDES, B. K. C. Et al., 2019.	Trata-se de um estudo quantitativo, descritivo, transversal, com 53 idosos em uma Instituição de Longa Permanência para Idosos.	Diagnósticos de Enfermagem para Idosos Frágeis Institucionalizados.
FERREIRA, L. M. B. M et al., 2019.	Trata-se de um estudo longitudinal tipo coorte concorrente.	Quedas recorrentes e fatores de risco em idosos institucionalizados.
ALMEIDA, M. M et al., 2019.	Estudo descritivo, exploratório com abordagem quantitativa.	Causas e consequências de quedas de idosos atendidos em hospital público.
SOUZA, R.H.L et al., 2017.	Trata-se de um estudo exploratório-descriptivo de corte transversal.	Queda em Idosos e Fatores de Risco Associados.
GUERRA, H. S. 2017.	Trata-se de estudo descritivo transversal.	Prevalência de Quedas em Idosos na Comunidade.
ALVES, R.L. T et al., 2017.	Estudo de corte transversal, realizado mediante aplicação de questionários em 206 pacientes.	Avaliação dos fatores de risco que contribuem para queda em idosos.
SILVA, J.M. S. BOLPATO, M.B. 2017.	A pesquisa foi realizada por uma abordagem descritiva e levantamento de dados, com métodos quantitativos.	Principais causas de quedas em idosos e atuação da enfermagem nas orientações preventivas.
NETO, A. H. A, de, et al., 2017.	Estudo transversal.	Quedas em idosos institucionalizados: riscos, consequências e antecedentes.
ALVES, A.H. C, et al., 2016.	Estudo descritivo, com abordagem quantitativa.	Ocorrência de quedas entre idosos institucionalizados: prevalência, causas e consequências.
GARBIN, C.A. S et al., 2015.	Estudo observacional transversal descritivo.	Histórico de quedas e acessibilidade de idosos em instituições de longa permanência.

Fonte: Os autores, 2021.

A tabela 2 sintetiza informações referentes aos estudos descrevendo os objetivos bem como os achados, enfatizando as principais causas de quedas nos idosos, suas

consequências e as principais ações empreendidas pela enfermagem com o intuito de prevenir esses eventos na população em foco.

Tabela 2 - Descrição das publicações selecionadas de acordo com os objetivos e resultados encontrados. Recife/PE, 2020.

Objetivo	Resultados	Conclusão
Elaborar diagnósticos de Enfermagem para idosos frágeis institucionalizados.	Elaboraram-se 178 diagnósticos de Enfermagem dos quais prevaleceram 15 em mais de 20% da amostra. Destacaram-se “Risco de Queda” (84,9%).	As ações de cuidados de Enfermagem devem ser sistematizadas e o uso da linguagem diagnóstica de Enfermagem. Acredita-se que o cuidado sistematizado, aliado ao conhecimento do enfermeiro sobre o idoso institucionalizado, pode contribuir na promoção da autonomia e independência do idoso.
Determinar a incidência e os fatores de risco relacionados a quedas recorrentes em idosos institucionalizados.	Foi encontrada fadiga como fator de risco ($p = 0.001$; $RR = 2.9$) e uso de betabloqueadores como fator de proteção ($p = 0.010$; $RR = 0.1$).	Conclui-se que queda recorrente é comum nas Instituições de Longa Permanência para Idosos e a fadiga representa fator de risco, devendo a equipe de enfermagem estar atenta à essas questões.
Identificar os fatores de riscos e consequências associadas a quedas em idosos atendidos em um hospital do interior do Maranhão.	As causas das quedas relacionavam-se à perda de tônus muscular e força, tontura ou falta de iluminação do ambiente. As principais consequências sofridas foram o medo de cair novamente, fraturas e dor. As causas das quedas são multifatoriais, indo desde pisos irregulares à perda de tônus muscular. Quanto às consequências destacam-se fraturas, internações, dores e medo de cair novamente.	Os fatores de risco de quedas jamais devem ser negligenciados pelos profissionais de saúde, em especial a equipe de enfermagem, durante a realização das visitas ao domicílio do idoso ou mesmo em um atendimento de rotina que é feito na unidade de saúde.
Avaliar a propensão de quedas em idosos, bem como alguns fatores de risco associados.	Observou-se prevalência do sexo feminino (72,3%). O desempenho médio no teste TUG foi de $15,32 \pm 4,39$ s.	As generalizações deste estudo devem ser feitas cautelosamente, pois a análise inferencial foi realizada em uma amostra pequena. Por outro lado, deve-se ratificar que as causas das quedas também são multifatoriais.
Determinar a prevalência de quedas em idosos vinculados a uma unidade básica de saúde.	32 idosos referiram ter caído pelo menos uma vez nos últimos 12 meses. O número de quedas variou de uma a 10 vezes no último ano, com média de duas quedas por idoso (+ 2 quedas). A queda da própria altura (87,5%). O medo de cair novamente foi a consequência mais apontada pelos idosos.	Diante disso, ressalta-se a necessidade de maior atuação dos profissionais de saúde na prevenção de quedas, por meio de ações integradas, com vistas à contribuir para a qualidade de vida dos idosos e diminuir as consequências negativas deste evento sobre sua saúde.
Descrever incidência de quedas em idosos no município de Barbacena, MG, com seus fatores causais, circunstâncias e consequências.	85,71% dos pesquisados já haviam sofrido acidente vascular encefálico (AVE) e 39,78% faziam uso de medicamento. Dos idosos que caíram e sofreram fratura (18,67%), 50% já tinham sofrido episódio de AVE e 50% eram portadores de doença renal crônica, sendo que 61,54% deixaram de realizar	No estudo em questão, a incidência de queda em idosos foi de 36,41%, os fatores mais correlacionados foram uso de medicamentos, vítimas de acidente vascular encefálico e portadores de doença renal crônica e, dos que sofreram fratura, 61,54% deixaram de realizar atividades diárias. Desta forma, a prevenção das

suas atividades diárias após a queda.

quedas é uma preocupação de saúde pública e mudanças relativamente simples podem reduzir o risco de sua ocorrência.

Conhecer as causas de quedas em idosos em um município de Mato Grosso.

Observou-se no gênero feminino o índice de quedas foi de 66,67%, maior do que no masculino de 33,33%, as principais causas que levaram ao evento citado foram o ato de escorregar, tropeçar, devido ao sapato, outros motivos e a falta de adaptação.

Levando-se em consideração esses aspectos, seria importante que as quedas fossem prevenidas principalmente através das orientações de enfermagem e adaptações do ambiente.

Analisar a ocorrência de quedas em idosos institucionalizados quanto aos riscos, consequências e antecedentes.

As quedas ocorreram em 66,7%, sendo 20% na área externa, 66,7% com doença prévia hipertensão e como consequência destacou-se fratura com 11,2%.

Necessita-se implementar políticas públicas de financiamento ou parcerias que possibilitem adaptação dos ambientes visando a redução dos riscos de quedas. O conhecimento e utilização desse instrumento ainda contribuem no processo de cuidar em enfermagem, destinado a idosos, principalmente nas Instituições de Longa Permanência.

Investigar a prevalência, causas e consequências relacionadas à ocorrência de quedas entre idosos institucionalizados.

Dos idosos 80% tinham sofrido três ou mais quedas, a principal causa de queda (46,7%) fraqueza/distúrbios de equilíbrio e marcha; 60% apresentaram ferimentos graves, 40% fraturas e 93,3% estavam sozinhos no momento da queda.

As principais consequências causadas pelas quedas nos idosos foram: 60% com ferimentos graves, 40% com fraturas. Devido a esses ferimentos, os idosos comumente sofrem com a limitação de suas atividades, ocasionando um declínio funcional nas atividades de vida diária e isolamento social, sensação de insegurança e fragilidade, gerando assim um medo das consequências ligadas à queda.

Verificar a frequência de quedas dos internos das Instituições de Longa Permanência para Idosos de um município do noroeste paulista.

Dos 150 internos 15,33% sofreram queda no período estudado. A maioria ocorreu no corredor (30,4%). O piso estava adequado em 52,2% dos casos. No que diz respeito à infraestrutura das instituições em 25% não havia rampas com sinalização e/ou corrimão.

A maioria das instituições oferece infraestrutura adequada para os internos, ainda assim as quedas são frequentes, no entanto sem registros de consequências graves, na maioria dos casos.

Fonte: Os autores, 2021.

4 DISCUSSÃO

Os resultados desta pesquisa mostraram que os indivíduos que mais caem e de forma recorrente são as mulheres nos estudos selecionados, sendo pertinente destacar os dados dos pesquisadores do estudo 4 da tabela acima exposta, que mostra que as mulheres tiveram uma prevalência de 72,3% e na pesquisa 8 foi de 66,7%, o que fica claro que as mulheres sofrem mais episódios de queda do que os homens.

Esta realidade é corroborada em um estudo desenvolvido com 774 idosos no município de Barueri, SP e Cuiabá, MT, no ano de 2017, que mostrou que prevaleceu tanto nos que caíram pelo menos uma vez ao ano, quanto nos que caíram duas ou mais vezes, mostrando o seguinte resultado: 65,9% dos pesquisados que caíram uma vez por ano eram do sexo feminino, contra 34,1 do sexo masculino. Assim como entre os que caíram mais de uma vez por ano, 79,7 eram mulheres e 20,3 eram homens (MORAES *et al.*, 2017).

Com relação ao número de quedas, o estudo 5 mostrou que os idosos caem recorrentemente, tendo em vista que os idosos caíram de 1 a 10 vezes no período de um ano, e na pesquisa 9 pelo menos 12% tiveram 3 ou mais episódios de queda. Em concordância com estes achados, Cruz e colaboradores desenvolveram um estudo durante 4 anos no estado de Minas Gerais que revelou que 16,5% dos idosos sofreram mais de uma queda durante o período da coleta (CRUZ *et al.*, 2017).

São muitas as causas apontadas como responsáveis por este evento, inclusive ele pode ser definido como de origem multifatorial, como é definido no estudo quatro, no entanto o ambiente é visto como um dos principais meios que possibilitam estes acontecimentos, conforme relatado nos artigos três e sete. Ficando assim entendido que é preciso existir mais preocupações com as adaptações dos espaços físicos, assim como fortalecer a fiscalização a fim de manter as instituições dentro dos padrões exigidos pelos órgãos competentes e prevenir novos incidentes.

O risco de queda pode estar associado tanto a fatores intrínsecos, quanto a fatores extrínsecos, neste sentido tanto a iluminação, o piso escorregadio, a falta de corrimão, de apoio, a presença de desnível no chão, objetos espalhados no ambiente, bem como as alterações fisiológicas pertinentes ao próprio processo de envelhecimento, diminuição de força, tonturas, diminuição da visão ou mesmo o efeitos de medicamentos são os principais responsáveis pela queda (JACOBI *et al.*, 2018).

Tal realidade também é expressa nos resultados do estudo nove quando aponta que os indivíduos geralmente nessa fase da vida sofrem com fraqueza muscular e distúrbio do equilíbrio, mostrando assim que essas alterações fisiológicas devem ser levadas em consideração quando se trata de analisar os principais fatores de quedas na população idosa.

Abreu e colaboradores, (2015) revelaram em seu estudo que há diversos fatores que são preditores desses desfechos, desde a disfunção visual, alterações na marcha e equilíbrio, até a polimedicação e os antidepressivos, coincidindo com o resultado desta

pesquisa que nos achados das pesquisas 2 e 3 também foi apontado que as medicações são também responsáveis por causar quedas na população idosa.

No que se refere às principais consequências das quedas os estudos acessados, a fratura é uma das mais graves, citadas nos estudos 3,6 e 9, sendo que no estudo 6 revela uma outra informação preocupante, a que dos que sofreram fratura, 61,54% não realizam mais atividades diárias, o que mostra que essa consequência (fratura) gera outras outras implicações negativas na vida dos indivíduos. Enquanto que o estudo 9 descreve que a fratura pode representa um grave risco por acabar desencadear limitações e isolamento na vida do idoso. Este entendimento é compartilhado por Duarte *et al.*, (2018).

Quanto maior o número de quedas, consequente mente serão maiores as implicações na vida deste idoso, partindo desde o medo de cair novamente, às sequelas, fraturas que podem causar diminuição ou perda da capacidade funcional e realizar atividades de vida diária, bem como internações, traumas, depressão, entre outras consequências (RODRIGUES *et al.*, 2020).

Um dado relevante está exposto em três dos estudos selecionados (3,5 e 9) na tabela, o fato de destacar que os indivíduos que foram vítimas de queda sofrem com o medo de cair novamente, implicando em muitas vezes eles deixarem de realizar atividades diárias básicas por medo de cair, como mostram os achados do estudo 6 que 61,54% desses indivíduos deixaram de realizar suas atividades de vida diária (AVD). Esta situação pode desencadear uma série de consequências, como a ansiedade, a negação em sair do leito, a insegurança em realizar atividades simples, entre outras implicações.

São inúmeras as consequências das quedas encontradas nos estudos selecionados, sendo as principais, a dor, ferimentos graves, fratura, internações, medo de cair novamente, alterações na capacidade funcional, entre outras.

Além de adequações no ambiente, orientações por parte da equipe de saúde, com ênfase da enfermagem, controle de pressão arterial, cuidados com calçados, também é preciso buscar fortalecer a musculatura e evitar a diminuição drástica de massa muscular que é esperada com o envelhecimento, neste contexto, a atividade física é um importante meio de evitar o sedentarismo e prevenir quedas e lesões, e esta deve ser estimulada e acompanhada diariamente já que também melhora a força muscular (TOMICKI *et al.*, 2017).

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Neste sentido, fica evidente que dos idosos, os que mais sofrem com as quedas são os do sexo feminino, tendo como causas multifatoriais, desde as dificuldades pertencentes ao processo de senescência (alterações fisiológicas), como a diminuição da força muscular, a diminuição da visão, perda de equilíbrio, fraqueza, até o uso de medicamentos, antidepressivos, ansiolíticos, entre outros, como os fatores ambientais (extrínsecos), como degraus, iluminação inadequadas, pisos escorregadios, falta de barras, sinalização e acessibilidade de modo geral.

Diante deste cenário, fica evidente que é possível mudanças tanto na estrutura do ambiente onde vivem os idosos, quanto orientações tornam-se fundamentais para evitar tanto o medo quanto, quanto para prevenir novas quedas, devendo ser observado e aderido pela equipe de multidisciplinar, com ênfase a enfermagem, já que estes estão em contato constantemente com os idosos e empreendem ações de cuidado no cotidiano, devendo não apenas intervir, mas identificar por meio do diagnóstico de enfermagem os idosos mais propensos à quedas, por meio do diagnóstico de risco, e assim tomar medidas preventivas.

Nos casos em que já tenham ocorrido o episódio de queda, é preciso estar atento para as complicações que poderão ocorrer, para que se possa intervir também nestas situações buscando auxiliar os idosos, referenciando a outro profissional, quando necessário, seja ao médico para devida avaliação, ou ao psicólogo nos casos em que prevalecer a depressão e/ou o medo de deambular e consequentemente reduzir este episódio que é considerado um problema de saúde pública.

Os achados deste estudo reforça a necessidade de políticas públicas voltadas para esta público com a ampliação de investimentos para garantir a promoção da saúde e prevenção de morbidades, visto que, dentre os preditores para as quedas, apenas alguns fatores podem ser minimizados ou solucionados por meio da intervenção do profissional de saúde, enquanto outros são de competência das autoridades de saúde e do poder público.

Todavia, um dos fatores limitantes identificados neste estudo incluiu a pequena quantidade de estudos (n da pesquisa), impossibilitando que mais informações sejam reveladas neste tema, outra questão que vale ressaltar é que os estudos retratam o papel da enfermagem ainda muito genericamente para a importância que a enfermagem exercer neste âmbito.

REFERÊNCIAS

ABREU, H. C. A, de, et al., Incidência e fatores preditores de quedas de idosos hospitalizados. *Rev Saúde Pública* 2015;49:37. Disponível em: <https://www.scielo.br/pdf/rsp/v49/pt_0034-8910-rsp-S0034-89102015049005549.pdf>. Acesso em: junho, 2020.

ALENCAR, P.V.N. de, et al., Fatores de risco associados às quedas em idosos e reflexões acerca de sua prevenção: um estudo de revisão. *Arch Health Invest* 6(1)2017. . Disponível em: <<http://archhealthinvestigation.com.br/ArcHI/article/view/1784>>. Acesso em: junho, 2020.

ALMEIDA, M.M, et al., Causas e consequências de quedas de idosos atendidos em hospital público. *R. Interd.* v. 12, n. 1, p. 15-22, jan. fev. mar. 2019. Disponível em: <<https://revistainterdisciplinar.uninovafapi.edu.br/index.php/revinter/article/view/1201>>. Acesso em: junho, 2020.

ALVES, A.H. C, et al., Ocorrência de quedas entre idosos institucionalizados: prevalência, causas e consequências. *J. res.: fundam. care. online* 2016. abr./jun. . Disponível em: <<http://www.seer.unirio.br/index.php/cuidadofundamental/article/view/4438> >. Acesso em: junho, 2020.

ALVES ,R. L.T, et al., Avaliação dos fatores de risco que contribuem para queda em idosos. *Rev. Bras. Geriatr. Gerontol.*, Rio de Janeiro, 2017; 20(1): 59-6. Disponível em: <https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1809-98232017000100056&script=sci_arttext&tlng=pt>. Acesso em: junho, 2020.

BRASIL. Ministério dos Direitos Humanos. Secretaria de Direitos Humanos. Dados sobre o envelhecimento no Brasil. Ministério da Saúde: Brasília, 2013. Disponível em: <<https://goo.gl/y4vvuE>>. Acesso em: set., 2018.

_____. Secretaria de Atenção à Saúde Departamento de Ações Programáticas e Estratégicas Área Técnica Saúde do Idoso. Disponível em: <http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/pacto_saude_volume12.pdf> Acesso em: Junho, 2020.

_____. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde Departamento de Atenção Básica. 2006. Disponível em: <http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/envelhecimento_saude_pessoa_idosa.pdf> Acesso em: nov., 2018.

_____. Ministério da Saúde (BR), Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. Envelhecimento e saúde da pessoa idosa. Brasília (DF): MS; Disponível em: <www.saude.gov.br> Acesso em: maio., 2020.

BUKSMAN, S. *et al.* Sociedade Brasileira de Geriatria e Gerontologia. Projeto Diretrizes: quedas em idosos: prevenção. São Paulo: Associação Médica

CAMPOS, A. C. V.; FERREIRA, E. F.; VARGAS, A. M. D. Determinantes do envelhecimento ativo segundo a qualidade de vida e gênero. *Rev. Ciência & Saúde*

Coletiva, vol. 20, (n. 7, p. 2221-37, 2015. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/csc/v20n7/1413-8123-csc-20-07-2221.pdf>>. Acesso em: out., 2018.

CARMO, do, J.R, et al., Quedas em Pacientes da Atenção Domiciliar: Prevalência e Fatores Associados. REME • Rev Min Enferm. 2020;24:e-1286. Disponível em: <<https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1053235>>. Acesso em: maio., 2020.

CRUZ, D. T da, et al., Fatores associados a quedas recorrentes em uma coorte de idosos. Cad. Saúde Colet., 2017, Rio de Janeiro. Disponível em: <<https://www.scielo.br/pdf/cadsc/v25n4/1414-462X-cadsc-25-4-475.pdf>>. Acesso em: maio., 2020.

DUARTE, G. P, et al., Relação de quedas em idosos e os componentes de fragilidade. Rev. Bras. Epidemiol, 2018. Disponível: em <<https://www.scielosp.org/pdf/rbepid/2018.v21suppl2/e180017/pt>> Acesso em: junho, 2020.

FERNANDES, B.K.C et al., Diagnósticos de Enfermagem para Idosos Frágeis Institucionalizados. Disponível em: <<https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1017296>>. Acesso em: junho, 2020.

FERREIRA, L. M. de B. M. et al., Quedas recorrentes e fatores de risco em idosos Institucionalizados. Ciência & Saúde Coletiva, 24(1):67-75, 2019. Disponível em: <<https://www.scielo.br/pdf/csc/v24n1/1678-4561-csc-24-01-0067.pdf>> Acesso em: junho, 2020.

FREITAS, M.A.V, SCHEICHER, M.E. Rev. Bras. Geriatr. Gerontol. 2008; 11(1):57-64. Preocupação de idosos em relação a quedas. Disponível: em <<http://www.redalyc.org/pdf/4038/403838777006.pdf>>. Acesso em: nov, 2018.

GASPAROTTO, Lívia Pimenta Renó; FALSARELLA, Gláucia Regina; COIMBRA, Arlete Maria Valente. Falls in elderly: basics concepts and updates of research in health. Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia, v. 17, n. 1, p. 201-209, 2014.

GOMES, E. C.C et al., Fatores associados ao risco de quedas em idosos institucionalizados: uma revisão integrativa. *Ciênc. saúde coletiva* [online]. 2014, vol.19, n.8. Disponível em: < https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1413-81232014000803543&script=sci_abstract&tlng=pt > Acesso em: junho, 2020.

JACOBI, C. S da, et al., Evidências sobre a Educação em Saúde a idosos que vivenciaram quedas. (2018). Revista Kairós-Gerontologia, 21(2), 375-392. ISSN 2176-901X. São Paulo (SP), Brasil: FACHS/NEPE/PEPGG/PUC-SP. < Disponível em:<<http://revistas.pucsp.br/kairos/article/view/40981/27655>>. Acesso em: junho., 2020.

MENDES, J.L.V et al., O Aumento da População Idosa no Brasil e o Envelhecimento nas Últimas Décadas: Uma Revisão da Literatura. Rev. Educ. Meio Amb. Saú. 2018 Jan/Mar. V8 N°.1. Disponível em:<<http://www.faculadefuturo.edu.br/revista1/index.php/remas/article/download/165/272>>. Acesso em: junho., 2020.

MORAES, S. A. de. Et al. Características das quedas em idosos que vivem na comunidade: estudo de base populacional. Rev. Bras. Geriatr. Gerontol., Rio de Janeiro, 2017. Disponível: em < https://www.scielo.br/pdf/rbgg/v20n5/pt_1809-9823-rbgg-20-05-00691.pdf> Acesso em: junho., 2020.

NETO, A. H. A de, et al. Quedas em idosos institucionalizados: riscos, consequências e antecedentes. Rev. Bras. Enferm. vol.70 no.4 Brasília July/Aug. 2017. Disponível: em <https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S003471672017000400719&script=sci_arttext&lng=pt>. Acesso em junho, 2020.

PIOVESAN, A.C; PIVETTA, H. M. F; PEIXOTO, J. M. B. Fatores que predispõem a quedas em idosos residentes na região oeste de Santa Maria, Rs. Rev. Bras. Geriatr. Gerontol. Rio de Janeiro, 2011. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rbgg/v14n1/a09v14n1>>. Acesso em: out., 2818.

RAPOSO, M. A. M.; LEITE, F. M. C.; MACIEL, P. M. A. Concepção de velhice: um estudo com profissionais de saúde de um Hospital Universitário. Disponível em: <<http://www.seer.unirio.br/index.php/cuidadofundamental/article/view/6278/pdf>>. Acesso em nov., 2018.

SILVA, J. M. S. Principais causas de quedas em idosos e atuação da enfermagem nas orientações preventivas. Journal Health NPEPS. 2017; 2(2). Disponível em: < <https://periodicos.unemat.br/index.php/jhnpeps/article/view/2278/2150>>. Acesso em junho, 2020.

RODRIGUES, L. L. Et al., Quedas em idosos institucionalizados: ocorrência e consequências. J. nurs. health. 2020. Disponível em:<<https://periodicos.ufpel.edu.br/ojs2/index.php/enfermagem/article/view/17729/11185>>. Acesso em jun., 2020.

ROSSETIN, L. L. et al., Indicadores de sarcopenia e sua relação com fatores intrínsecos e extrínsecos às quedas em idosos ativos. Rev. Bras. Geriatr. Gerontol., Rio de Janeiro, 2016; 19(3):399-414. Disponível em:< https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1809-98232016000300399&script=sci_abstract&tlng=pt>. Acesso em jun., 2020.

SOUSA, L.M.M. et al., Risco de quedas em idosos residentes na comunidade: revisão sistemática da literatura. Rev Gaúcha Enferm. 2016 dez;37(4):e55030. Disponível em:< https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1983-14472016000400601&script=sci_abstract&tlng=pt>. Acesso em jun., 2020.

SOUZA, L. H. R. et al., Queda em Idosos e Fatores de Risco Associados. Rev. Aten. Saúde, São Caetano do Sul, v. 15, n. 54, p. 55-60, out./dez., 2017. Disponível em:<https://seer.uscs.edu.br/index.php/revista_ciencias_saude/article/view/4804>. Acesso em jun., 2020.

TAKO, K.V *et al.* Perfil e Prevalência de Quedas em Idosos. Rev enferm UFPE on line. Recife, 11(Supl. 11):4687-91, nov., 2017. Disponível em:< <https://periodicos.ufpe.br/revistas/revistaenfermagem/article/download/231210/25216>> Acesso em: nov., 2018.

TAVARES, R. E. et al., Envelhecimento saudável na perspectiva de idosos: uma revisão integrativa. Rev. Bras. Geriatr. Gerontol., Rio de Janeiro, 2017; 20(6): 889-900. Disponível em:< https://www.scielo.br/pdf/rbgg/v20n6/pt_1809-9823-rbgg-20-06-00878.pdf Acesso em: junho, 2020.

TOMICKI, C, et al., Associação entre número de quedas e força muscular de idosos residentes em instituições de longa permanência. (2017). Revista Kairós — Gerontologia, 20(2), pp. 101-116. ISSN 2176-901X. São Paulo (SP), Brasil: FACHS/NEPE/PEPGG/PUC-SP. Disponível em:< <https://revistas.pucsp.br/index.php/kairos/article/view/34091>>. Acesso em jun., 2020.