VIII Seminário de Pesquisa e Extensão | 2016
Extremo Sul da Bahia
EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA: IMPLICAÇÕES PARA A FORMAÇÃO E PRÁXIS
08 A 11 NOVEMBRO
REALIZAÇÃO: UNEB - CAMPUS X TEIXEIRA DE FREITAS
UNEB

# FREQUÊNCIA DE QUEDAS EM IDOSOS PARTICIPANTES DE EXERCÍCIOS FÍSICOS EM UM GRUPO DE CONVIVÊNCIA DA CIDADE DE TEIXEIRA DE FREITAS-BA

Marina Lima de Oliveira Carvalho[1]
Carol Gonçalves Pinto[2]
Fernando Silva Campos[3]
Ramon Garcia Mendes Vasconcelos[4]

## RESUMO

Segundo o Ministério da Saúde, no final do século XX, o Brasil vivenciou um significativo aumento no número de seus idosos. Associando a tal fato, propõe-se analisar a quantidade de quedas e, se estas foram relatadas, ocorrerem em ambiente domiciliar ou externo. O objetivo do estudo foi verificar a frequência de quedas em idosos participantes de exercícios físicos em um grupo de convivência da cidade de Teixeira de Freitas-BA. Realizou-se um estudo transversal e descritivo, utilizando como instrumento de coleta de dados uma entrevista estruturada, em um conjunto de 30 questões, dentre elas: sociodemográficas, de saúde e sobre quedas. Os entrevistados apresentaram idades que variaram entre 48 e 87 anos. Entre os 21 entrevistados, demonstraram que 23,80% sofreram queda ao menos uma vez nos últimos seis meses, e, pelo uso de medicamento, constatou-se a hipertensão arterial responsável por 34,9% do total das doenças relatadas. Conclui-se que a redução do fator prevalente de quedas acometidas nos entrevistados pode ser alcançada mediante a prevenção e a promoção do bem-estar dos idosos, especialmente as atividades físicas, o que por conseguinte é benéfico para hipertensão, além do planejamento de ações voltadas às suas necessidades sem comprometer a sua qualidade de vida, autonomia e independência.
**Palavras-Chave:** Fatores de risco; Idosos; Movimento; Quedas.

## INTRODUÇÃO

A queda pode ser definida como uma ação não intencional que resulta na mudança de posição do indivíduo para um nível abaixo da sua posição inicial (FABRÍCIO et al, 2002). As quedas acidentais estão entre os principais problemas de saúde que afetam as pessoas a partir dos sessenta anos de idade e estão associadas a morbidade, redução da funcionalidade perda da

[1] Acadêmica do Bacharelado Interdisciplinar em Saúde, Universidade Federal do Sul da Bahia, IHAC, Campus Paulo Freire – marinaloc@bol.com.br
[2] Acadêmica do Bacharelado Interdisciplinar em Saúde, Universidade Federal do Sul da Bahia, IHAC, Campus Paulo Freire – gp_krolzinha@hotmail.com
[3] Acadêmico do Bacharelado Interdisciplinar em Saúde, Universidade Federal do Sul da Bahia, IHAC, Campus Paulo Freire – fernandoscampos@hotmail.com
[4] Acadêmico do Bacharelado Interdisciplinar em Saúde, Universidade Federal do Sul da Bahia, IHAC, Campus Paulo Freire – ramongarciavasconcelos@hotmail.com

independência e, em alguns casos, em morte. Além desses problemas, existe ainda elevado custo financeiro e social (SCHWARZ, 2004).

Cerca de um terço dos idosos que tem 65 anos de idade, morando em casa, sofrem uma queda por ano, e cerca de um, em quarenta deles, será hospitalizado (PAPALÉO NETTO, 2002). As quedas podem gerar graves consequências físicas e psicológicas, como, por exemplo, lesões, hospitalizações, perda da mobilidade, restrição da atividade, diminuição da capacidade funcional, internação em instituições de longa permanência, e medo de cair novamente, além disso, representam a principal causa de morte acidental em pessoas idosas (STUDEMSKN e WOLTER, 2002). Vale ressaltar a importância de se estudar grupos de convivência, uma vez que há indícios de que são positivos para evitar quedas em idosos.

Segundo a Organização Pan-Americana da Saúde (2005), os grupos de convivência de idosos vão ao encontro à promoção do envelhecimento ativo, com o objetivo de preservação das capacidades e do potencial de desenvolvimento do indivíduo idoso. A Organização Mundial da Saúde (2005), indicou os três pilares da estrutura política para o envelhecimento ativo: participação, saúde e segurança, que devem ser observados para que os idosos participem da sociedade de acordo com as suas necessidades, desejos e capacidades.

Visto que as quedas constituem-se em um problema de saúde pública, é de suma importância promover a segurança e a proteção dos idosos, principalmente acerca do ambiente doméstico, onde é comum ocorrerem tal evento que predomina-se a sexta causa de morte entre pessoas acima de 65 anos, evitando assim muitas limitações ao longo de suas vidas.

## OBJETIVO

Verificar a frequência de quedas em idosos participantes de exercícios físicos em um grupo de convivência da cidade de Teixeira de Freitas-BA.

## PERCURSO METODOLÓGICO

O presente trabalho trata-se de um estudo transversal e descritivo. A amostra estudada constituiu-se de 21 indivíduos de ambos os sexos, com idade igual ou superior a 48 anos,

residentes na área urbana do município de Teixeira de Freitas-BA, que concordaram em participar da pesquisa de forma voluntária. Os idosos responderam a um questionário semiestruturado contendo 30 questões sociodemográficas, de saúde e sobre quedas. Foram abordados itens como: idade, sexo, etnia, endereço, nacionalidade, naturalidade, estado civil, grau de escolaridade, bem como quais doenças o indivíduo possui (se ele(a) possui algum outro tipo de doença, assinalando sim ou não; para as seguintes doenças: diabetes tipo I, diabetes tipo II, acidente vascular encefálico, artrite, reumatismo, osteoporose, artrose, depressão, gastrite, doença renal, doença pulmonar, se já teve ou tem câncer). Foi perguntado no questionário se o indivíduo faz uso de algum tipo de medicamento (especificando qual o motivo que ele(a) está usando esse medicamento, colocando também o nome genérico ou comercial deste, a dose diária e a data que o indivíduo começou a fazer uso do medicamento). Por fim, foi questionado se houve e, se sim, quantas foram as quedas nos últimos seis meses, bem como o ambiente onde ocorreram (doméstico ou externo).

## PRINCIPAIS RESULTADOS

Dos 21 entrevistados, 95,23% são mulheres e 4,76% homens, com média de idade de 63,85 anos, variando entre 45 e 87 anos. Perante esses resultados destaca-se o maior percentual de mulheres (95,23%).

Em referência à escolaridade, foram encontrados 9,52% de analfabetos. Os demais permeiam entre ensino fundamental em um total de 66,66 % da amostra. Quanto ao percentual de ensino médio verifica-se um total de 14,28% e 23,80% de ensino superior.

Observa-se que, para os resultados da variável estado conjugal, 52,38% eram casados e 19,04% eram viúvos e esse dado se repete para a variável divorciado. Os gráficos a seguir mostram a distribuição dos problemas de saúde referidos pelos entrevistados, expressa com frequência em relação ao total de doenças relatadas, podendo um mesmo indivíduo ter feito referência a mais de um problema. Dos 21 entrevistados a hipertensão foi o mais frequente com 38,09% (12,50% homens e 87,50% mulheres) e representou 34,90% das doenças relatas seguidas por diabetes. Para o diabetes 31,10% alegaram ter.

Estudo epidemiológico têm demonstrado não só o aumento da prevalência da hipertensão com a idade, mas, também, a sua ocorrência associada a outros fatores de risco, como

estilo de vida e hábitos alimentares, todos independentemente associados ao aumento de risco para a ocorrência de doenças cardiovasculares. Esse fato corrobora mais achados da pesquisa, nos quais 8,7% dos idosos relataram apresentar doenças do coração (Passos et al.2006).

Sobre o número quedas, nota-se que dos 21 entrevistados, 23,80% relatam ter sofrido quedas em um período compreendido entre os últimos seis meses. Observa-se que dos 23,80% que alegaram ter sofrido queda, 40,00 % caíram em ambiente doméstico e 60,00% em ambiente externo. As quedas foram relatas por indivíduos das respectivas idades 48,56,57,62,72 anos de idade. Demais doenças referidas bem como utilização medicamentosa para tal problema relatado, nota-se que medicamentos para controle da pressão arterial foram citados quatro vezes.

## CONCLUSÕES

Dos 21 entrevistados, compreendido a maioria por mulheres, é importante relevar que todas as entrevistadas revelaram que lidam com o ambiente doméstico por conta própria. Enfatizando, desta forma, a autonomia e seus benefícios associando ao tema do presente trabalho. Considerando os últimos 6 meses, constatou-se que 5 relataram queda no cenário doméstico, podendo indicar que o mesmo pode possuir elevados riscos deste tipo de acidentes.

Ao analisar o conjunto de problemas acarretados pelas quedas em pessoas idosas, verifica-se que o aumento do número de quedas devido às alterações que ocorrem durante o processo de envelhecimento, influenciam na mobilidade funcional e no deficit de equilíbrio em idosos.

Portanto, conclui-se que o fator prevalente de quedas acometidas em idosos pode diminuir com a promoção do bem-estar dos idosos, especialmente as atividades físicas, além do planejamento de ações voltadas às suas necessidades sem comprometer a sua qualidade de vida, autonomia e independência, o que representa um grande desafio para o indivíduo, para a família e para os profissionais de saúde.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

EDMUND, H. Duthie; KATZ, Paul R. **Geriatria prática**. 3. ed. Rio de Janeiro: Revinter, 2002.

FABRÍCIO, Suzele Cristina Coelho; RODRIGUES, Rosalina A. Partezani; COSTA JUNIOR, Moacyr Lobo da. Quedas acidentais em idosos institucionalizados. **Acta. Paulista de Enfermagem**, São Paulo, v.15, n.3, p.51-59, 2002**.**

HILL K, Schwarz J. Assessment and management of falls in older people. **International Medicine Journal**, v.34,n.9-10, p.557-564, 2004.

Organização Pan-Americana da Saúde. **Envelhecimento ativo: uma política de saúde.** Brasília: Organização Pan-Americana da Saúde OPAS; 2005.

PAPALÉO NETTO, Matheus. **Gerontologia: a velhice e o envelhecimento em visão globalizada.** São Paulo: Atheneu, 2002.

PASSOS, VMA; ASSIS TD; BARRETO SM. Hipertensão arterial no Brasil: estimativa de prevalência a partir de estudos de base populacional. **Epidemiologia Serviços de Saúde**, v.15, n.1, p.35-45, 2006.

STUDENSKN, Stephanie; WOLTER, Linda. **Instabilidade e quedas.** In: DUTHIE, Edmund H.; KATZ, Paul R. Geriatria prática. 3. ed. Rio de Janeiro: Revinter, 2002.