

PRINCIPAIS FATORES DESENCADEANTES DE QUEDAS NOS IDOSOS: UMA BREVE ABORDAGEM DA TERAPIA OCUPACIONAL PARA ADAPTAÇÃO DOMICILIAR

DIAS, Prince Chaiene Meireles¹; MELO, Karen Souza de²; LINDÔSO, Zayanna Christine Lopes³

¹Acadêmica de Terapia Ocupacional da Universidade Federal de Pelotas;

²Acadêmica de Terapia Ocupacional de Universidade Federal de Pelotas – bolsista PIBID;

³Professora do Curso de Terapia Ocupacional da Universidade Federal de Pelotas.

1 INTRODUÇÃO

O crescimento da população idosa, no Brasil e no mundo, nos remete voltarmos a nossa atenção para a saúde desse grupo, bastante susceptível a quedas (SILVA, NAKATANI, SOUZA e LIMA, 2007). Queda pode ser definida como um evento não intencional que leva o indivíduo imprevidente a cair ao chão, do seu nível ou de um nível inferior. São mais comuns e frequentemente temidas por idosos e, na maioria das vezes, são ocasionadas por fatores ambientais (LOPES, VIOLIN, LEVAGNOLI e MARCON, 2007). A causa para quedas em idosos é multifatorial e pode ser agrupada em fatores intrínsecos e extrínsecos. O primeiro refere-se aos aspectos fisiológicos, patológicos e até de interação medicamentosa, já o segundo envolve aspectos do ambiente e calçado inadequado (MENEZES; BACHION, 2008).

Os **fatores de risco intrínsecos** são: fatores hemodinâmicos que incluem a hipotensão ortostática, arritmias cardíacas, hipersensibilidade do seio carotídeo, lesões valvares e estados de hipovolemia; Uso de drogas (hipotensores, antiarrítmicos, hipnóticos, ansiolíticos, neurolépticos, hipoglicemiantes, antidepressivos, anti-Parkinsonianos, anticonvulsivantes); doenças neurológicas (lesões expansivas intracranianas, hidrocefalo de pressão normal, doenças cerebrovasculares, neuropatias periféricas, doença de Parkinson e outros tipos de Parkinsonismo, demências, estados depressivos); desordens neurosensoriais (alterações da visão, da propriocepção e labirintopatias); doenças osteomusculares (osteoartrose - joelhos e quadril, afecções dos pés, fraqueza muscular, miopatias, atrofia muscular, transtornos cervicais degenerativos) (BARBOSA, 2001).

Os **fatores de riscos extrínsecos** são: piso escorregadio; móveis em locais inapropriados; banheiro sem adaptações; iluminação baixa ou inadequada; escadas sem corrimão, com degraus curtos ou escorregadios; rampas com muita inclinação ou com proeminências; além de tapetes; cortinas compridas e móveis que não mantêm sustentação para eventuais apoios.

Na atuação com o idoso, a Terapia Ocupacional age como um facilitador que capacita o mesmo a fazer o melhor uso possível das capacidades remanescentes, a tomar suas próprias decisões e lhe assegurar uma conscientização de alternativas realísticas. (PORTAL DO ENVELHECIMENTO, 2012).

Este estudo foi desenvolvido tendo como objetivo, orientar idosos, cuidadores e familiares sobre os fatores de risco para quedas reforçando o entendimento de que a ausência dos fatores de risco intrínsecos não afastam a ocorrência de queda e que o ambiente, principalmente o domiciliar, deve ser seguro para o idoso. Fatores comportamentais também podem ocasionar a queda e, portanto é muito importante preveni-las (CRUZ; RIBEIRO; VIEIRA e TEIXEIRA, 2012).

A Terapia Ocupacional teria a função de adaptar o domicílio e promover o bem estar e a autonomia destes idosos, adaptando as Atividades de Vida Diária e Atividades de Vida Prática dos mesmos, afastando os riscos e principalmente propiciando segurança para estes idosos em suas em suas residências (PORTAL DO ENVELHECIMENTO, 2012).

2 MATERIAL E MÉTODOS

Este trabalho descreve a primeira etapa do projeto pesquisa onde foi realizada uma revisão de literatura buscando-se referências nas seguintes bases de dados: SCIELO, MEDLINE E LILACS e GOOGLE ACADÊMICO.

Os seguintes descritores foram utilizados: quedas em idosos e Terapia Ocupacional, consequência de quedas em idosos e Terapia Ocupacional, Terapia Ocupacional e adaptações em domicílios. Os artigos que mais se aproximaram da temática e ofereceram problemática em relação à intervenção terapêutica ocupacional foram selecionados.

A partir desta revisão de literatura será desenvolvido um prosseguimento do projeto de pesquisa para que aconteçam as visitas aos idosos, das quais será escolhida uma comunidade na cidade de Pelotas e após a aprovação do projeto junto ao Comitê de Ética da universidade, buscaremos auxílio da rede de atenção básica de saúde para que sejam selecionadas algumas casas onde residam idosos com histórico de quedas e após assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido o projeto de pesquisa terá prosseguimento.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Foram encontrados 32 artigos. Destes somente oito ofereceram uma abordagem específica do tema. O tipo de estudo dos artigos selecionados em sua maioria foi descritivo e exploratório, outros foram do tipo transversal, observacional e randomizado. As amostras das pesquisas eram de grupos de idosos escolhidos por sorteio e/ou por meio de cadastros completos (nome, endereço, idade e prontuário) disponíveis nos Programas de Saúde da Família. As informações eram coletadas individualmente, com familiares, cuidadores e em grupos, por meio de entrevistas semi estruturadas ou pelo método observacional. O principal resultado encontrado foi que uma considerável quantidade de idosos havia sofrido quedas no último ano e estas quedas trouxeram consequências como: incapacidades emocionais e incapacidades funcionais. Os demais artigos foram excluídos por apresentarem menor quantidade de informações.

Compreender as capacidades dos idosos é um trabalho que o Terapeuta Ocupacional faz, para que possa intervir de forma a manter ou acrescentar as atividades na rotina destas pessoas que embora já tenham passado dos 60 anos continua com suas atividades e buscam sempre sua autonomia no lar.

Após o episódio de queda o idoso sofre com a angústia de “cair novamente”, segundo Schffer et al. (2008) o medo de cair tem consequências negativas no bem estar físico e funcional dos idosos, no grau de perda de independência, na capacidade de realizar normalmente as atividades de vida diária (AVD) e na restrição da atividade física, explicando o grau de prevalência do estilo de vida sedentário nos idosos. Um estilo de vida sedentário leva à redução da

mobilidade e do equilíbrio, podendo aumentar o risco de quedas, bem como o medo de elas ocorrerem.

Cabe ressaltar que este estudo está levando em consideração somente os fatores de risco extrínsecos, porém não excluindo as possibilidades de atuação da Terapia Ocupacional também nos fatores intrínsecos.

4 CONCLUSÃO

A partir do referencial de literatura encontrado podemos concluir que a Terapia Ocupacional muito pode fazer no sentido de adequar o domicílio, ainda mais se este idoso faz uso de adaptações ou recursos de tecnologia assistiva. No caso dos idosos, o ambiente físico pode ser um fator de risco para várias desordens de saúde se não estiver bem adaptado às suas dificuldades e necessidades.

5 REFERÊNCIAS

BARBOSA, Maira Tonidandel. Como avaliar quedas em idosos?. **Rev. Assoc. Med. Bras.** v.47, n.2, São Paulo abr./ jun. 2001

CRUZ, Danielle Teles da; RIBEIRO, Luíz Cláudio; VIEIRA, Marcel de Toledo; TEIXEIRA, Maria Teresa Bustamante; BASTOS, Ronaldo Rocha; LEITE, Isabel Cristina Gonçalves. Prevalência das quedas e fatores associados em idosos. **Rev. Saúde Pública.** vol.46; n.1, São Paulo fev.2012, Epud 20 – Dez. - 2011

PORTAL DO ENVELHECIMENTO. **A Atuação da Terapia Ocupacional junto ao idoso.** Disponível em: <
<http://www.portaldoenvelhecimento.org.br/acervo/artieop/Geral/artigo181.htm>>
Acesso em: 16 jul 2012.

LOPES, K. T.; COSTA, D.F.; SANTOS, L.F.; CASTRO, D.P.; BASTONE, A.C.; Prevalência do medo de cair em uma população de idosos da comunidade de sua correlação com mobilidade, equilíbrio dinâmico, risco e histórico de quedas. **Rev. Bras. Fisiot.** 13 (3) 223 – 9, mai./jun. 2009

LOPES, Mislaine C.de Lima; VIOLIN, Mara Rubia; LEVAGNOLI, Ana Paula; MARCON, Sônia Silva. Fatores desencadeantes de quedas no domicilio de uma comunidade de idosos. **Cogitare Enferm.** 2007. 12 (4): 472-7.

MENEZES, R. L.; BACHION, M. M. Estudo da presença de fatores de risco intrínsecos para quedas em idosos institucionalizados. **Ciência e Saúde Coletiva**, v. 13, n. 4, p. 1209-1218, 2008.

RIBEIRO, Adalgisa Peixoto ;SOUZA, Edinilsa Ramos de ;ATIE, Soraya; SOUZA Amaro Crispim de; SCHILITZ, Arthur Orlando. A influência das quedas na qualidade de vida dos idosos. **Ciência e Saúde Coletiva**, 13 (4): 1265 – 1273. 2008

SILVA, Tatiana Magalhães; NAKATANI, Adélia Yaeko Kyosen; SOUZA, Adenícia Custódia Silva e; LIMA, Maria do Carmo Silva. A vulnerabilidade do idoso para as

quedas: análise dos incidentes críticos. **Revista Eletrônica de Enfermagem**, v. 09, n. 01, p. 64 - 78, 2007.