

Prevalência e fatores associados a quedas de idosos em domicílio: correlação entre independência, equilíbrio, gênero e função dos membros superiores

Tatiane de Carvalho Lima¹, Daniel Marinho Cezar da Cruz².

1. Estudante de graduação em Terapia Ocupacional pela Universidade Federal de São Carlos; *tatianelima012@gmail.com

2. Professor Adjunto II do Depto.de Terapia Ocupacional e do Programa de Pós-Graduação (Mestrado) em Terapia Ocupacional-PPGTO da Universidade Federal de São Carlos.

Palavras Chave: *quedas em idosos, equilíbrio, independência.*

Introdução

O presente estudo teve objetivo identificar a prevalência e os fatores associados às quedas em idosos em seus domicílios, comparando o índice de quedas quanto ao gênero e nível de independência nas atividades de vida diária, verificando o grau de equilíbrio e nível de independência e se existe relação entre as variáveis equilíbrio, independência, atividade física, função manual e quedas em idosos. Para realização e fundamentação da pesquisa, além do referencial teórico da áreas, foram aplicados um questionário para registro de quedas e três instrumentos de avaliação, o Berg Balance Scale, avaliando o nível de equilíbrio, a Medida de Independência Funcional, avaliando a independência e o Box and Blocks Test, avaliando a função manual.

Resultados e Discussão

A pesquisa em questão trata-se de um estudo correlacional e transversal, de abordagem quantitativa. Foram selecionados quarenta e três idosos (n=43) a partir de uma Unidade de Saúde da Família do município de São Carlos, de acordo com os critérios de inclusão estabelecidos: idosos sem diagnósticos de patologias de origem neurológica central ou periférica identificadas pela equipe de saúde, com pontuação superior a 17 pontos no instrumento Mini- Mental; Idosos com marcha independente, sem utilização de meios auxiliares de locomoção.

Os resultados revelaram a predominância do gênero feminino (58%). Em relação ao registro de quedas, 31 idosos (72%) relataram já ter sofrido queda ao menos uma vez e as causas mais apresentadas foram relacionadas ao ambiente, como degraus, tapetes e buracos e de perda de equilíbrio, verificando assim a importância de pesquisas relacionadas à prevenção de quedas enfocando estes problemas. Em relação a atividade física, 42% relataram praticar algum tipo de atividade e sentir os benefícios proporcionados por ela em suas atividades de vida diária e no fortalecimento muscular. Na Medida de Independência Funcional (MIF), a pontuação variou entre 18 e 126 pontos e todos os idosos apresentaram independência completa, com pontuações acima de 114 pontos. Na escala de Equilíbrio de Berg, cuja pontuação varia de 0 a 56 pontos, todos os sujeitos apresentaram uma avaliação satisfatória do equilíbrio, sendo a menor pontuação 33 pontos. No teste de destreza manual, as pontuações variaram entre 20 e 43 pontos, não havendo discrepância entre a mão dominante e não dominante. Correlacionando-se as variáveis, foi possível observar que quanto maior a independência dos idosos, o risco de quedas diminuía e a prática da atividade física teve um papel importante naqueles idosos que desempenhavam algum tipo de exercício. Em relação ao equilíbrio e a função dos

membros superiores, todos que apresentaram maiores pontuações no teste de equilíbrio, também tiveram bom desempenho no teste de função manual. As mulheres apresentaram maiores dificuldades na execução dos testes, porém mantiveram bom desempenho.

Conclusões

O presente estudo contribuiu no fomento de evidências sobre quedas em idosos brasileiros, sendo relevante na medida em que pode contribuir para se pensar nas ações de cuidado, promoção da saúde e criação de estratégias preventivas de quedas nessa faixa etária, enfocando-se a atividade física e sua importância e na manutenção da função dos membros superiores, os quais possivelmente melhoram o equilíbrio e conseqüentemente a marcha independente em casa e na comunidade.

Agradecimentos

Agradecimento a Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado de São Paulo – FAPESP pelo financiamento da pesquisa.