

Riscos intrínsecos e extrínsecos para quedas em idosos residentes em área rural

Intrinsic and extrinsic risks for falls in elderly residents in rural area

Rafaela Dinorá Grosser¹ 

Luciano Fiorentin² 

Márgda Leticia Pedroso Pereira³ 

Sirlei Favero Cetolin⁴

Vilma Beltrame⁵ 

¹Graduação em Enfermagem, Universidade do Oeste de Santa Catarina – Unoesc. Joaçaba, Santa Catarina.

²Mestrando em Biociências e Saúde. Enfermeiro. Universidade do Oeste de Santa Catarina – Unoesc. Joaçaba, Santa Catarina, Brasil.

³Mestranda em Biociências e Saúde. Enfermeira. Universidade do Oeste de Santa Catarina – Unoesc. Joaçaba, Santa Catarina, Brasil.

⁴Doutora em Serviço social. Psicóloga. Universidade do Oeste de Santa Catarina – Unoesc. Joaçaba, Santa Catarina, Brasil.

⁵Doutora em Gerontologia Biomédica. Enfermeira. Universidade do Oeste de Santa Catarina – Unoesc. Joaçaba, Santa Catarina, Brasil.

Autor correspondente:

Vilma Beltrame

E-mail: vilma.beltrame@unoesc.edu.br

Recebido em 20/12/2021

Aprovado em 12/08/2022

RESUMO

Objetivo: identificar os fatores intrínsecos e extrínsecos para quedas em idosos residentes em área rural.

Método: estudo transversal, descritivo realizado com idosos residentes em área rural do município de Arabutã – SC. Os dados foram obtidos por meio de entrevista e observação nas residências dos idosos no mês de julho de 2020.

Resultados: participaram do estudo 56 idosos, 58,9% do sexo feminino, a idade variou de 60 a 87 anos, 69,55 (\pm 6,75) anos. A presença de fatores extrínsecos variou de dois a dez por residência, com maior prevalência o vaso sanitário baixo (94,6%); cadeiras sem braços (83,9%); inexistência de barras de apoio no vaso e chuveiro (76,8%); tapetes e capachos (60,7%); objetos estocados em lugares altos (53,6%).

Conclusões: os fatores de riscos extrínsecos de quedas observados nesse estudo podem ser modificados a fim de se estabelecer um ambiente seguro para o idoso, sem grandes gastos ou mudanças radicais.

Palavras-chaves: Envelhecimento; Saúde do Idoso; Acidentes por Quedas.

ABSTRACT

Objective: to identify the intrinsic and extrinsic factors for falls in elderly residents in rural areas. Method: Cross-sectional, descriptive study conducted with elderly residents in rural areas of the municipality of Arabutã – SC. Data were obtained through interviews and observation in the homes of the elderly in July 2020.

Results: the study included 56 elderly, 58.9% female, age ranged from 60 to 87 years, 69.55 (\pm 6.75) years. The presence of extrinsic factors

ranged from two to ten per household, with a higher prevalence of the low toilet (94.6%); armless chairs (83.9%); lack of support bars in the pot and shower (76.8%); carpets and doormats (60.7%); objects stored in high places (53.6%).

Conclusions: the extrinsic risk factors of falls observed in this study can be modified in order to establish a safe environment for the elderly, without major expenses or radical changes.

Keywords: Aging; Health of the Elderly; Accidental Falls.

INTRODUÇÃO

O atual cenário de transição demográfica que se observa no Brasil, com o aumento de pessoas idosas, é um dos maiores desafios da Saúde Pública. Essa mudança se deu especialmente pelas melhorias nas condições gerais de vida da população e também na mudança de alguns indicadores de saúde, tais como diminuição nas taxas de fecundidade/natalidade e mortalidade e um prolongamento na expectativa de vida^{1,2}.

Entre os anos de 2012 e 2017 a população brasileira com 60 anos ou mais cresceu 18%, aumento de quase 5 milhões de idosos em cinco anos. O envelhecimento populacional é uma tendência que se apresenta no Brasil e no mundo, e é resultante do aumento da expectativa de vida em virtude da melhora na qualidade e acesso aos serviços de saúde e redução da taxa média de natalidade³.

O envelhecimento é um processo dinâmico e progressivo, responsável por declínios de aspectos funcionais, cognitivas, reprodutiva e que traz consigo, aumento de multimorbidades⁴, que associadas a perdas visuais, obstáculos ambientais (tapetes, degraus etc.) e polifarmácia, expõe o idoso ao maior risco de quedas⁵. A ocorrência de quedas merece destaque, pois elas potencializam alto risco de mortalidade e morbidade⁶.

As quedas são eventos resultantes de perdas do equilíbrio, causando impacto do corpo em uma superfície firme, com possibilidade de lesões⁷. Os fatores apontados como responsáveis das quedas são de natureza extrínseca (ambiente estrutural, principalmente do ambiente domiciliar, como pisos escorregadios, má iluminação, mobília instável, entre outros) e intrínsecos (relacionados à saúde como problemas visuais, cognitivas, declí-

nio mental etc.), e a identificação precoce desses fatores é essencial, tanto na prevenção de futuros episódios como no manejo do processo de reabilitação, evitando futuras quedas⁸.

Uma queda pode trazer inúmeras consequências que interfere na qualidade de vida do idoso. As mais comuns são as fraturas, restrição de atividades, prejuízos psicológicos, medo de sofrer novas quedas, isolamento social e familiar, embolia pulmonar, pneumonia, úlcera por pressão, e também o risco de morte, além é claro dos custos financeiros que isso vai causar ao sistema de saúde, ao dano na dinâmica familiar e na inserção do idoso na comunidade^{8,9}.

Diante do aumento da perspectiva de vida dos idosos é importante a identificação de fatores de risco para quedas. Quando os fatores são identificados precocemente, podem auxiliar no desenvolvimento de estratégias de promoção de saúde, prevenção de quedas, capacitar melhor os profissionais da saúde que atendem esse idoso, reduzir gastos e a mortalidade e ainda, alertar família/cuidador para que participem ativamente da prevenção de quedas com os idosos.

Para isso, esse estudo teve como objetivo identificar os fatores intrínsecos e extrínsecos para quedas em idosos residentes em área rural do município de Arabutã – SC.

MATERIAL E MÉTODO

Estudo transversal, descritivo, com dados obtidos através de uma pesquisa de campo, na área rural do município de Arabutã – SC. O município de Arabutã conta com uma população total de 4.193 habitantes, com 791 idosos e desses, 545 vivem na zona rural¹⁰. Obteve-se uma amostra por conveniência de 56 idosos (erro de 10%, com intervalo de confiança de 90%). Os critérios de inclusão para o estudo foram: pessoas com 60 anos ou mais de ambos os sexos e residentes no perímetro rural do município.

A coleta de dados foi feita nas residências dos idosos durante o mês de julho de 2020. Inicialmente foi feita entrevista para o preenchimento do questionário sociodemográfico e de saúde, elaborado pelos autores contendo as seguintes variáveis: idade (anos completos); sexo (feminino, masculino); arranjo familiar (mora sozinho, mora com cônjuge, mora com filhos);

anos de estudo (até 4 anos; mais de 4 anos até 8 anos, mais de oito anos de estudo); presença de condições crônicas de saúde (problemas de coração, hipertensão, diabetes, acidente vascular encefálico, artrite/reumatismo, depressão, osteoporose, catarata e câncer).

Após o término da entrevista o pesquisador observou o interior da residência do idoso anotando as características dos seguintes fatores extrínsecos presentes nas residências: presença de tapetes e capachos; pisos encerrados; bordas, cordões e fios no chão; ambientes desorganizados com móveis fora do lugar; degraus da escada com altura ou largura irregular; escadas com piso desenhado; má iluminação; cama baixa; vaso sanitário baixo; inexistência de barras de apoio (vaso, chuveiro); cadeiras sem braços; presença de animais de estimação (cachorro, gato); objetos estocados em lugares de difícil acesso (sobe em cadeira para alcançá-los) e escada com iluminação frontal.

Os dados quantitativos foram descritos por média e desvio-padrão e os categóricos por contagens e percentuais. O presente estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade do Oeste de Santa Catarina com parecer 4.139.421.

RESULTADOS

Participaram do estudo 56 idosos, destes 58,9 % (n=33) do sexo feminino, com média de idade de

69,55 (\pm 6,75), variando entre 60 e 87 anos com predominância na faixa etária de 70 a 79 anos com 55,4 % (n=31). 80,4% (n= 45) dos entrevistados moram com cônjuge e 71,4% (n=40) estudaram em média 4 anos (Tabela 1).

A presença de pelo menos uma doença crônica foi referida por 87,5% (n=49) dos participantes, destacando que a hipertensão arterial sistêmica é a condição mais referida com 69,6% (n=39) seguida de problemas de coração e catarata ocular com 17,9% (n=10) para as duas condições (Tabela 2).

A prevalência de quedas nos últimos 12 meses foi de 21,4% (n=12), variando de 1 a 4 episódios. Apenas um idoso foi hospitalizado para realização de exames de imagem, os demais tiveram como consequência dores e hematomas, por serem quedas menos graves. A maioria (21,4%; n=12) aconteceu fora de casa enquanto o idoso estava caminhando. Ter escorregado (17,9%; n=10) ou tropeçado (3,6%; n=2) foram apontados como motivos da queda. A queda foi mais frequente entre as mulheres com 27,3% (n=9) em comparação à 13% (n=3) dos homens.

A presença de fatores extrínsecos variou de dois a dez fatores por residência. Os fatores mais prevalentes foram: vaso sanitário baixo em 94,6%; cadeiras sem braços em 83,9%; inexistência de barras de apoio no vaso e chuveiro em 76,8%; presença de tapetes e capachos em 60,7% (Tabela 3).

Tabela 1

Arranjo familiar e anos de estudo de idosos residentes na área rural de Arabutã, 2020.

Variáveis	n (56)	% (100)
Arranjo familiar		
Cônjuge	45	80,4%
Sozinho(a)	09	16,0%
Filhos	02	3,6%
Anos de estudos		
Até 4 anos	40	71,4%
4 a 8 anos	10	17,9%
8 anos ou mais	6	10,7%

Tabela 2

Condições crônicas autorreferidas por idosos residentes na área rural de Arabutã, 2020.

Variáveis	Sim n(%)	Não n(%)
Hipertensão Arterial Sistêmica	39 (69,6)	17 (30,4)
Problemas de coração	10 (17,9)	46 (82,1)
Catarata ocular	10 (17,9)	46 (82,1)
Diabetes mellitus	09 (16,1)	47 (83,9)
Artrite Reumatismo	09 (16,1)	47 (83,9)
Depressão	06 (10,7)	50 (89,3)
Osteoporose	05 (8,9)	51 (91,1)
Câncer	04 (7,1)	52 (92,9)

Tabela 3**Riscos domésticos para quedas de idosos atendidos na Atenção Básica de Arabutã, 2020.**

Variáveis	n	%
Vaso sanitário baixo	53	94,6
Cadeiras sem braços	47	83,9
Inexistência de barras de apoio (vaso, chuveiro)	43	76,3
Presença de tapetes/capachos	34	60,7
Objetos estocados em lugares de difícil acesso (sobe em cadeira para alcançá-lo)	30	53,6
Presença de animais de estimação (cachorro, gato)	22	39,3
Presença de pisos encerados	18	32,1
Degraus da escada com altura ou largura irregular	17	30,4
Ambientes desorganizados e móveis fora do lugar	16	28,6
Presença de cordões e fios no chão	14	25,0
Escada com piso desenhado	08	14,3
Uso de chinelos, sapatos desamarrados ou mal ajustados ou com solado escorregadio	05	8,9
Má iluminação	05	8,9
Cama baixa	04	7,1
Escada com iluminação frontal	02	3,6

DISCUSSÃO

Observou-se que a maioria dos idosos deste estudo eram do sexo feminino, corroborando com dados de estudos anteriores, sobre idosos, em que as mulheres representam a maioria dos participantes¹¹⁻¹⁴. Isso talvez seja devido ao fato de que a partir dos 40 anos e especialmente após os 60 anos o sexo feminino é maioria na população brasileira³.

Morar com o companheiro foi característica predominante entre os idosos desse estudo, condição positiva que demonstra que os mesmos mantêm sua autonomia e independência não necessitando de ajuda para a realização de suas atividades de vida diária. Esse dado também foi identificado em um estudo, em que os idosos casados ou morando com companheiro apresentaram melhor autonomia quanto comparado com os idosos viúvos ou morando sozinhos¹⁵.

A baixa escolaridade dos idosos do presente estudo é fato preocupante uma vez que pesquisas apontam que a baixa escolaridade em idosos pode

estar associada ao risco de quedas^{16,17}, assim medidas preventivas devem ser adotadas para minimizar esse risco.

Entre as condições crônicas relatadas pelos idosos participantes destacam-se a Hipertensão Arterial, Catarata e Osteoporose, condições essas apontadas como fatores de risco para quedas^{15,18}. Um estudo realizado na Paraíba com 240 idosos, constatou que idosos acometidos por Hipertensão Arterial Sistêmica apresentam risco de quedas sete vezes maior do que aqueles que não são acometidos por essa morbidade¹⁴.

Idosos com catarata têm maior probabilidade de cair porque a deficiência visual pode levar a dificuldades em detectar obstáculos com pouco contraste, julgar a distância ou perceber relações espaciais e processar todas as informações visuais necessárias para ajustes de controle¹⁹.

Um estudo de base populacional, realizado com 1.520 participantes na cidade de Campinas – SP, objetivando identificar os fatores associados a ocorrência de quedas em idosos, constatou asso-

ciação entre reumatismo/artrite/artrose e osteoporose. Os autores reforçam que as doenças articulares e a osteoporose contribuem para a redução da capacidade física do idoso, ocasionando dor, influenciando no equilíbrio e no controle postural e aumentando o risco de quedas²⁰.

Destaca-se que em nosso estudo a população feminina apresentou mais episódios de quedas, com 27,3% (n=9). Ao compararmos com a literatura, constatamos que nos estudos avaliados as mulheres são as que mais caem¹⁴⁻²⁰.

A frequência de quedas nos últimos doze meses encontrado neste estudo (21,4%) representou menos da metade do percentual encontrado em estudo realizado com 350 idosos em Foz do Iguaçu (46,9%)²¹, e inferior também a um estudo com 774 idosos dos municípios de Barueri-SP e Cuiabá-MT (38,6%)²².

Identificou-se que os motivos de quedas entre os participantes deste estudo, foi ter escorregado e tropeçado enquanto caminhavam fora de casa, semelhante ao encontrado no estudo de Moraes *et al.*, que apontou, além do escorregado e tropeçado, o desequilíbrio como fator de queda²², e diferente do encontrado no estudo com 350 idosos de Foz do Iguaçu, cujo os motivos de queda foi a presença de animais de estimação e de tapetes derapantes no domicílio²¹.

Em um estudo de análise dos fatores extrínsecos relacionados ao risco de quedas, mostrou que a presença de escadas, tapetes, presença de tacos de madeira soltos no chão e vasos sanitários baixos esta-

vam presentes nas residências dos idosos que tinham sofrido quedas, permitindo-lhes a concluir que os fatores residenciais relacionados aos riscos e recursos de segurança foram determinantes para as quedas²³.

Vale reforçar que os fatores extrínsecos em nosso estudo também tiveram um destaque considerável, uma vez que estão presentes em todos os domicílios pesquisados variando de dois a dez fatores por residência.

CONCLUSÃO

Os resultados deste estudo demonstraram a existência de fatores de risco a queda de natureza intrínseca e extrínseca. Dentre os intrínsecos, a presença de catarata diminuindo a capacidade visual e a osteoporose foram os de maior destaque. Já nos extrínsecos, vaso sanitário baixo, cadeiras sem braços, inexistência de barras de apoio no vaso e chuveiro e presença de tapetes e capachos foram os fatores mais frequentemente encontrados nas residências.

Todas as residências do meio rural observadas apresentaram algum fator de risco para queda de idosos. Essa informação indica a necessidade de medidas preventivas que minimizem os riscos de quedas em idosos no meio rural.

Políticas públicas intersetoriais, envolvendo setores, principalmente, de habitação, cultura, saúde e social, voltadas às necessidades das pessoas idosas, seria uma estratégia que diminuiria a presença de fatores de risco de quedas de idosos.

REFERÊNCIAS

1. Silva A dos S, Fassarella BPA, Faria B de S, Nabbout TGME, Nabbout HGME, D'Avila J da C. Envelhecimento Populacional: Realidade Atual e Desafios. *Glob. Acad. Nurs. J.* 2022, 2 (Sup.3), e188. Disponível em: <https://doi.org/10.5935/2675-5602.20200188>.
2. Oliveira AS. Transição demográfica, transição epidemiológica e envelhecimento populacional no Brasil. *Hygeia – Rev. Bras. Geogr. Médica E Saúde* 2019, 15 (32), 69-79. Disponível em: <https://doi.org/10.14393/Hygeia153248614>.
3. IBGE. Número de idosos cresce 18% em 5 anos e ultrapassa 30 milhões em 2017 [Internet]. Agência de Notícias – IBGE. 2018. Disponível em: <https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/agencia-noticias/2012-agencia-de-noticias/noticias/20980-numero-de-idosos-cresce-18-em-5-anos-e-ultrapassa-30-milhoes-em-2017>
4. Nascimento M de M. Uma visão geral das teorias do envelhecimento humano. *Saúde e Desenvolvimento Humano* [Internet]. 2020;8:161-8. Disponível em: https://revistas.unilasalle.edu.br/index.php/saude_desenvolvimento/article/view/6192

5. Silva LMS, Berto CM, Silva FAA, Bezerra KMG, Marques APO. Fatores associados ao risco de queda em idosos: uma revisão integrativa. *Revista Brasileira de Ciências do Envelhecimento Humano* [Internet]. 2020;17. Disponível em: <http://seer.upf.br/index.php/rbceh/article/view/11988>
6. Leitão SM, Centro Universitário Christus, Oliveira SC de, Universidade Federal do Ceará, Rolim LR, Centro Universitário Christus, *et al.* Epidemiologia das quedas entre idosos no Brasil: uma revisão integrativa de literatura. *Geriatr, Gerontol Aging* [Internet]. 2018;12:172-9. Disponível em: <http://www.ggaging.com/details/484/en-US/epidemiology-of-falls-in-older-adults-in-brazil--an-integrative-literature-review>
7. OMS. Caídas. Published April 26, 2021. Accessed April 12, 2022. Available from: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/falls>
8. Teixeira DKS, Andrade LM, Santos JLP, Caires ES. Quedas em pessoas idosas: restrições do ambiente doméstico e perdas funcionais. *Rev Bras Geriatr E Gerontol.* 2019;22. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1981-22562019022.180229>
9. Ríos-Fraustro C, Galván-Plata ME, Gómez-Galicia DL, Giraldo-Rodríguez L, Agudelo-Botero M, Mino-León D. Intrinsic and extrinsic factors associated with falls in older adults: a case-control study in Mexico. *Gac Med Mex.* Published online 2021:127-132. Available from: <https://doi.org/10.24875/GMM.M21000537>
10. IBGE. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Projeção da população das unidades da federação e municípios. Brasília: IBGE, 2019. Disponível em: <https://cidades.ibge.gov.br/brasil/sc/arabuta/panorama>
11. Pimentel WRT, Pagotto V, Stopa SR, Hoffmann MCCL, Malta DC, Menezes RL de, *et al.* Falls requiring use of health services by the older adults: an analysis of the Brazilian National Health Survey, 2013. *Cad Saúde Pública* [Internet]. 2018;34(8). Available from: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S0102-311X2018000806001&lng=en&nrm=iso&tlng=pt
12. Gonçalves AK, Teixeira AR, Valentini NC, Vargas ASR, Possamai VD, Martins VF. Multicomponent physical activity program: study with faller and non-faller older adults. *J. Phys. Educ.* [Internet]. 2019; 30: e3077. Available from: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2448-24552019000100263&lng=pt. Epub 20-Dez-2019.
13. Baixinho CL, Dixe MA, Madeira C, Alves S, Henriques MA. Falls in institutionalized elderly with and without cognitive decline A study of some factors. *Dement. neuropsychol.* [Internet]. 2019 Mar; 13(1): 116-121. Available from: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1980-57642019000100116&lng=pt.
14. Scarmagnan GS, Mello SCM, Lino TB, Barbieri FA, Christofolletti G. A complexidade da tarefa afeta negativamente o equilíbrio e a mobilidade de idosos saudáveis. *Rev. bras. geriatr. gerontol.* [Internet]. 2021; 24(1): e200120. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-98232021000100201&lng=pt.
15. Gomes GC, Moreira RS, Maia TO, Santos MAB, Silva VL. Fatores associados à autonomia pessoal em idosos: revisão sistemática da literatura. *Ciênc. saúde coletiva* [Internet]. 2021 Mar; 26(3): 1035-1046. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232021000301035&lng=en.
16. Abreu DROM, Azevedo RCS, Silva AMC, Reiners AAO, Abreu HCA. Fatores associados à recorrência de quedas em uma coorte de idosos. *Ciênc. saúde coletiva* [Internet]. 2016 Nov; 21(11): 3439-3446. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232016001103439&lng=pt.

17. Cruz DT, Cruz FM, Ribeiro AL, Veiga CL, Leite ICG. Associação entre capacidade cognitiva e ocorrência de quedas em idosos. *Cad. saúde colet.* [Internet]. 2015 Dec; 23(4): 386-393. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-462X2015000400386&lng=en.
18. Smith AA, Silva AO, Rodrigues RAP, Moreira MASP, Nogueira JA, Tura LFR. Avaliação do risco de quedas em idosos residentes em domicílio. *Rev. Latino-Am. Enfermagem* [Internet]. 2017; 25: e2754. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-11692017000100318&lng=en. EpubApr06, 2017.
19. Paz LPS, Borges LL, Marães VRFS, Gomes MMF, Bachion MM, Menezes RL. Fatores associados a quedas em idosos com catarata. *Ciênc. saúde coletiva* [Internet]. 2018 Ago; 23(8): 2503-2514. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232018000802503&lng=pt.
20. Rodrigues IG, Fraga GP, Barros MBA. Falls among the elderly: risk factors in a population-based study. *Rev. bras. epidemiol.* [Internet]. 2014; 17(3): 705-718. Available from: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-790X2014000300705&lng=en.
21. Pereira SG, Santos CB dos, Doring M, Portella MR, Pereira SG, Santos CB dos, *et al.* Prevalence of household falls in long-lived adults and association with extrinsic factors. *Rev Lat Am Enfermagem* [Internet]. 2017;25. Available from: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S0104-11692017000100382&lng=en&nrm=iso&tlng=en
22. Moraes SA de, Soares WJS, Lustosa LP, Bilton TL, Ferrioli E, Perracini MR, *et al.* Characteristics of falls in elderly persons residing in the community: a population-based study. *Rev Bras Geriatr E Gerontol* [Internet]. outubro de 2017;20(5):691–701. Available from: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1809-98232017000500691&lng=en&nrm=iso&tlng=pt
23. Rossetin LL, Rodrigues EV, Gallo LH, Macedo DS, Schieferdecker MEM, Pintarelli VL *et al.* Indicadores de sarcopenia e sua relação com fatores intrínsecos e extrínsecos às quedas em idosas ativas. *Rev. bras. geriatr. gerontol.* [Internet]. 2016 June; 19(3): 399-414. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-98232016000300399&lng=en.