



## **PROMOVENDO O ENVELHECIMENTO ATIVO: INVESTIGAÇÃO DOS FATORES RELACIONADOS AO RISCO DE QUEDAS EM IDOSOS INSTITUCIONALIZADOS: UMA REVISÃO INTEGRATIVA**

SIMONE SOUZA DE FREITAS; CARLA LAÍZ FERREIRA DE SOUZA; GABRIELA RODRIGUES DE ALBUQUERQUE COELHO; DEISY CONCEIÇÃO MONTEIRO LINS; CINTHIA REGINA ALBUQUERQUE DE SOUZA

### **RESUMO**

**Introdução:** A abordagem do envelhecimento ativo tornou-se um pilar essencial na promoção da qualidade de vida e da saúde em idosos. **Objetivo:** analisar o estado da arte do envelhecimento ativo, focando na investigação minuciosa dos fatores associados ao risco de quedas nessa população. **Metodologia:** Este estudo caracteriza-se como uma revisão integrativa de natureza descritiva. A busca foi conduzida empregando o marcador booleano AND. A fim de delimitar a temática em conformidade com os objetivos deste trabalho, foram estabelecidos critérios de inclusão e exclusão. Os critérios de inclusão adotados compreendem artigos completos, redigidos em língua portuguesa, publicados no intervalo entre 2018 e 2023. **Resultados:** Observou-se que os idosos em instituições de longa permanência enfrentam condições funcionais e sociais distintas em comparação com os que residem em comunidades. Um dos principais graves a essa população é a ocorrência frequente de quedas, considerada um problema de saúde pública devido à alta incidência e à associação com múltiplos fatores. **Conclusão:** Esses achados não apenas informam a prática clínica e as políticas de cuidados aos idosos, mas também ressaltam a importância contínua da pesquisa e da inovação na promoção do envelhecimento ativo.

**Palavras-chave:** Acidentes por Quedas; Fatores de Risco; Atividades Cotidianas; Idoso; Envelhecimento.

### **1 INTRODUÇÃO**

A crescente população idosa em instituições de longa permanência destaca a importância de compreender e abordar os desafios específicos relacionados ao envelhecimento nesse contexto (Brasil, 2021). Dentro desse cenário, as quedas emergem como uma preocupação significativa devido às implicações para a saúde e qualidade de vida dos idosos institucionalizados (Ferreira, 2019).

A queda é conceituada como um deslocamento não intencional do corpo para um nível inferior à posição inicial, sem correção de tempo hábil e é determinada por circunstâncias multifatoriais que comprometem a estabilidade, ou seja, mecanismos envolvidos com a manutenção da postura (Linder, 2020). A origem desse evento pode ser categorizada em fatores intrínsecos, associados a alterações fisiológicas resultantes do envelhecimento, como condições patológicas e uso de medicamentos (Paula, 2020).

Além disso, existem fatores extrínsecos, relacionados a riscos ambientais,

decorrentes de inadequações arquitetônicas e de mobiliário às quais a maioria dos idosos está exposta (Santana, 2021). Neste cenário, o envelhecimento ativo, definido como o processo de otimização das oportunidades de saúde, participação e segurança, torna-se central na abordagem deste estudo (Nilsson, 2020). Assim, reconhecer os fatores que contribuem para o aumento do risco de quedas em idosos institucionalizados não apenas oferece *insights* valiosos para a prevenção de acidentes, mas também destaca a importância de promover um ambiente que favoreça a independência e a vitalidade na terceira idade (Linder, 2020).

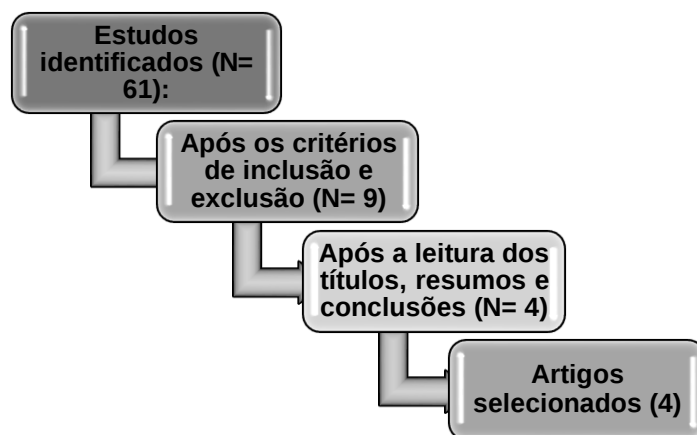
A compreensão aprofundada desses fatores, aliada a estratégias de promoção da saúde e adaptação ambiental, pode contribuir significativamente para a criação de ambientes institucionais mais seguros e propícios ao envelhecimento ativo, permitindo que os idosos desfrutem de uma qualidade de vida plena e saudável (Santana, 2021). Nesta perspectiva, este trabalho busca analisar o estado da arte do envelhecimento ativo, focando na investigação minuciosa dos fatores associados ao risco de quedas nessa população

## 2 MATERIAIS E MÉTODOS

Este estudo caracteriza-se como uma revisão integrativa de natureza descritiva. A análise dos dados coletados será conduzida de maneira qualitativa, utilizando os bancos de dados selecionados, a Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e no PubMed. A revisão está fundamentada na seguinte indagação: Qual é o estado da arte no que tange os fatores relacionados ao risco de quedas em idosos institucionalizados e como esses fatores impactam no objetivo de promover o envelhecimento ativo? Para realizar a busca por pesquisas relacionadas à temática, foram utilizados os descritores em Ciências da Saúde (DeCS): Acidentes por Quedas; Fatores de Risco; Atividades Cotidianas; Idoso; Envelhecimento. A busca foi conduzida empregando o marcador booleano AND.

A fim de delimitar a temática em conformidade com os objetivos deste trabalho, foram estabelecidos critérios de inclusão e exclusão. Os critérios de inclusão adotados compreendem artigos completos, redigidos em língua portuguesa, publicados no intervalo entre 2018 e 2023, artigos e alinhados com a temática em questão. Em contrapartida, os critérios de exclusão abrangem artigos pagos e aqueles que não contribuem para os objetivos específicos deste estudo, bem como trabalhos repetidos. O fluxograma a seguir ilustra o processo de seleção:

**Figura 1** - Fluxograma do processo de seleção dos artigos nas bases de dados BVS e PubMed, Recife, PE, 2023.



**Fonte:** Dados da pesquisa, 2023.

## 1 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Foram inicialmente identificados 61 estudos que correspondiam aos descritores previamente definidos. Posteriormente, mediante a aplicação dos critérios de seleção, apenas 9 estudos foram mantidos para uma leitura parcial. Destes, somente 4 exemplares foram selecionados para uma leitura integral. Após a escolha dos artigos a serem examinados detalhadamente, procedeu-se à leitura completa, na qual foram extraídos os dados necessários para a realização da análise.

**Quadro 1** - Dados conforme título, autor/data, objetivo e principais resultados, Recife, PE, 2023.

| TÍTULO                                                                                                    | AUTOR/<br>ANO            | OBJETIVO                                                                                                                                                                                                                                                       | PRINCIPAIS RESULTADOS                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Fatores de risco intrínsecos para quedas entre idosos institucionalizados.                                | FERREIRA et al., 2023.   | Investigar os fatores de risco intrínsecos para queda entre idosos de duas Instituições de Longa Permanência (ILP) no interior de Minas Gerais/Brasil.                                                                                                         | Os idosos avaliados apresentam alto risco de quedas sendo os parâmetros mais comprometidos e responsáveis por este risco, a polifarmácia, desequilíbrio, fraqueza muscular, perda de sensibilidade e dependência funcional.                                                                                                                                                                                                           |
| Análise Prospectiva dos Fatores Funcionais e Clínicos e Quedas de Idosos Institucionalizados com Demência | IZZO et al., 2023.       | Verificar a presença de distúrbios comportamentais, funcionais e cognitivos de idosos institucionalizados com demência e analisar de forma prospectiva os fatores funcionais, a fase da demência e a taxa de óbito e quedas ao longo de 8 meses destes idosos. | Observada presença de baixa variabilidade de frequência cardíaca e distúrbios comportamentais, cognitivos e funcionais. Os idosos apresentaram aumento da taxa de quedas, piora significativa do quadro funcional e aumento do número de idosos classificados com demência avançada.                                                                                                                                                  |
| Impacto da pandemia covid-19 na dependência e risco de queda em idosos institucionalizados: implement     | MORAES, C. et al., 2023. | Colocar em prática as competências adquiridas ao longo de todo o percurso acadêmico, de modo a que contribuísse para o aumento da autonomia e                                                                                                                  | O Estágio Curricular contou com a participação de 21 residentes que usufruíram de atividades lúdicas e terapêuticas, calendarizadas para todos os dias da semana, ao longo de toda a intervenção. Durante o estágio e vivenciando uma situação atípica, provocada pela covid-19, houve uma adaptação de toda a estratégia de intervenção neste contexto, verificando a necessidade de implementação de estratégias que aproximasse os |

|                                                                                                                        |                          |                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ação de um plano de intervenção o                                                                                      |                          | qualidade de vida dos idosos, tal como o seu bem-estar psicossocial.                                                   | residentes do mundo exterior, mantendo o contacto com familiares e outros técnicos, com o objetivo de dizimar o distanciamento físico entre os seus entes queridos, e promover a mesma intervenção de que eles usufruíam.                                                        |
| Intervenções de enfermagem na prevenção de quedas de idosos institucionalizados: uma revisão integrativa de literatura | SANTOS, M. et al., 2023. | Analisar quais intervenções de enfermagem possuem maior eficácia na prevenção de quedas de idosos institucionalizados. | Foi encontrado incidências possíveis evidenciar que as medidas de intervenção citadas contribuem significativamente para redução de quedas de idosos institucionalizados e devem ser colocados em prática com ajuda da equipe, tanto pela enfermagem quanto a multiprofissional. |

Observou-se que os idosos em instituições de longa permanência enfrentam condições funcionais e sociais distintas em comparação com os que residem em comunidades. Frequentemente, o cotidiano do idoso institucionalizado é caracterizado por sedentarismo, limitações funcionais e falta de vínculos familiares, fatores que impactam significativamente no processo de adoecimento. Um dos principais graves a essa população é a ocorrência frequente de quedas, considerada um problema de saúde pública devido à alta incidência e à associação com múltiplos fatores.

Segundo Linder (2020), fragilidade, o comprometimento cognitivo e a presença de condições de saúde crônicas emergiram como elementos significativos nesse contexto. Já Paula (2020) destaca que as intervenções multidimensionais se revelaram eficazes na mitigação desse risco, abrangendo melhorias na força física, implementação de programas de treinamento de equilíbrio e adaptações ambientais.

Além disso, a pesquisa sublinha a necessidade premente de políticas institucionais específicas voltadas para a prevenção de quedas, incluindo treinamento apropriado para cuidadores e a implementação de protocolos regulares de monitoramento. Esses resultados enfatizam a importância de uma abordagem holística na promoção do envelhecimento ativo e na redução dos riscos associados a quedas entre os idosos em ambientes institucionais.

4 CONCLUSÃO

Os resultados desta pesquisa ressaltam a necessidade urgente de estratégias de promoção do envelhecimento ativo para prevenir quedas em idosos institucionalizados. A abordagem deve ser multidimensional, incluindo intervenções físicas, mentais e ambientais, destacando a importância de profissionais de saúde especializados e políticas institucionais voltadas para a segurança e bem-estar dos idosos.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde. Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA). Resolução da Diretoria Colegiada- RDC nº 502, de 27 de maio de 2021, dispõe sobre o funcionamento de Instituição de Longa Permanência para Idosos, de caráter residencial. 2021.

Disponível em:

[https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/anvisa/2020/rdc0502\\_27\\_05\\_2021.pdf](https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/anvisa/2020/rdc0502_27_05_2021.pdf). Acesso em: 23. nov. 2023.

FERREIRA L. M. de. B. M. et al. Quedas recorrentes e fatores de risco em idosos institucionalizados. Ciênc. Saúde Colet. (Impr.); vol.24, 2019. Disponível em: <https://www.scielo.org/article/csc/2019.v24n1/67-75/>. Acesso em: 23. nov. 2023.

LINDER L. R; ROCHA I. C, KATAGUIRI S, SILVA P. N. Quedas em idosos institucionalizados: ocorrência e consequências. J. nurs. health. 2020;10(1):e20101006. Disponível em: <https://docs.bvsalud.org/biblioref/2020/06/1097588/3.pdf>. Acesso em: 23. nov. 2023.

NILSSON K. When is work a cause of early retirement and are there any effective organizational measures to combat this? A population-based study of perceived work environment and work-related disorders among employees in Sweden. BMC Public Health, 2020; 20(1): 1-15.

PAULA J. G. F. De; et al. Correlação entre independência funcional e risco de quedas em idosos de três instituições de longa permanência. Rev. esc. Enferm. USP, vol. 54, São Paulo, 2020. Disponível em: [http://www.revenf.bvs.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0080-62342020000100453](http://www.revenf.bvs.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0080-62342020000100453). Acesso em: 23. nov. 2023.

SANTANA, E. M. M de; et al. Ocorrência de quedas e oferta de atividade física em instituições de longa permanência para idosos no Distrito Federal, Brasil. Fisioter. Bras; 22(5): 667 -680, nov. 11, 2021. Disponível

em:

<https://www.portalatlanticaeditora.com.br/index.php/fisioterapiabrasil/article/view/4759/7502>. Acesso em: 23. nov. 2023.