



PROMOÇÃO DA AUTONOMIA EM IDOSOS COM RISCO DE QUEDAS: UMA ABORDAGEM INTERDISCIPLINAR

RESUMO

Introdução: O envelhecimento, embora natural e gradual, traz consigo um declínio nas funções fisiológicas, o qual, em circunstâncias cotidianas, geralmente não resulta em incapacidades imediatas. **Objetivo:** oferecer uma visão aprofundada sobre a promoção da autonomia em idosos com risco de quedas. **Metodologia:** Este estudo assume a forma de uma revisão integrativa, caracterizada por sua natureza descritiva. A análise dos dados coletados será conduzida de maneira qualitativa, empregando os bancos de dados Scientific Electronic Library Online (SciELO) e Literatura Latino-americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS). Os critérios de inclusão adotados abrangem artigos completos, redigidos em língua portuguesa, publicados no intervalo entre 2018 e 2023, e alinhados com a temática em questão. **Resultados:** Este estudo, constatou-se que todos artigos selecionados tinha como resultados que os idosos já tinha sofrido pelo menos uma queda devido a comportamentos de risco, corroborando descobertas de outros estudos brasileiros que indicam uma incidência significativa de quedas em mulheres idosas. **Conclusão:** A participação ativa das idosas, impulsionada pela educação e reflexão em grupo, destaca o potencial transformador dessas abordagens. Assim, este estudo aponta para a importância da educação e colaboração entre profissionais na busca por soluções abrangentes e eficazes para a promoção da autonomia e prevenção de quedas em idosos.

Palavras-chave: Quedas; Idoso; Promoção da Saúde; Comportamento; Prevenção

1 INTRODUÇÃO

O processo de envelhecimento é inerente à vida, e com os avanços na área da saúde, observamos um aumento significativo na expectativa de vida, especialmente no grupo com idade igual ou superior a 60 anos (Carvalho, 2021). Esse fenômeno se traduz no crescimento proporcional do número de idosos na população. É alarmante constatar que aproximadamente um em cada quatro idosos residentes em comunidade no Brasil experimentou uma queda em um período de um ano (IBGE, 2020). De maneira mais específica, as idosas com mais de 80 anos emergem como um grupo especialmente vulnerável, demandando atenção específica nas políticas públicas de prevenção para redução dos riscos associados a quedas (Duarte, 2019).

O envelhecimento, embora natural e gradual, traz consigo um declínio nas funções fisiológicas, o qual, em circunstâncias cotidianas, geralmente não resulta em incapacidades imediatas (Maduro, 2021). No entanto, os idosos longevos, devido à sua velocidade de marcha

reduzida e à presença de diversos fatores como instabilidades ambientais e processos patológicos, são mais propensos a quedas (Rodrigues, 2021). O impacto desses eventos na saúde dos idosos é significativo, acarretando não apenas lesões traumáticas, como fraturas de fêmur, mas também implicações psicológicas e sociais (Sena, 2021). Medo de novas quedas, fragilidade, limitações funcionais e afetivas, perda da autonomia e independência, e até mesmo a morte, são algumas das consequências que acompanham as quedas (Rodrigues, 2021).

Diante desse cenário, a promoção da autonomia em idosos em risco de quedas torna-se um tema de extrema relevância no âmbito da saúde geriátrica contemporânea (Maduro, 2021). O envelhecimento populacional faz com que seja imprescindível o desenvolvimento de abordagens interdisciplinares que não apenas reduzam o risco de quedas, mas também aprimorem a independência e qualidade de vida desses indivíduos (Carvalho, 2021). Esta pesquisa busca abordar a complexidade desse desafio, explorando não apenas os aspectos físicos, mas também os cognitivos e psicossociais que influenciam a autonomia dos idosos (Duarte, 2019).

A colaboração entre profissionais de diversas áreas, incluindo fisioterapeutas, psicólogos, médicos e outros especialistas, torna-se essencial para desenvolver estratégias holísticas que atendam de maneira abrangente às necessidades específicas desse grupo populacional (Sena, 2021). O objetivo deste estudo é oferecer uma visão aprofundada sobre a promoção da autonomia em idosos com risco de quedas, destacando a importância crucial de uma abordagem interdisciplinar diante desse desafio crescente na sociedade contemporânea.

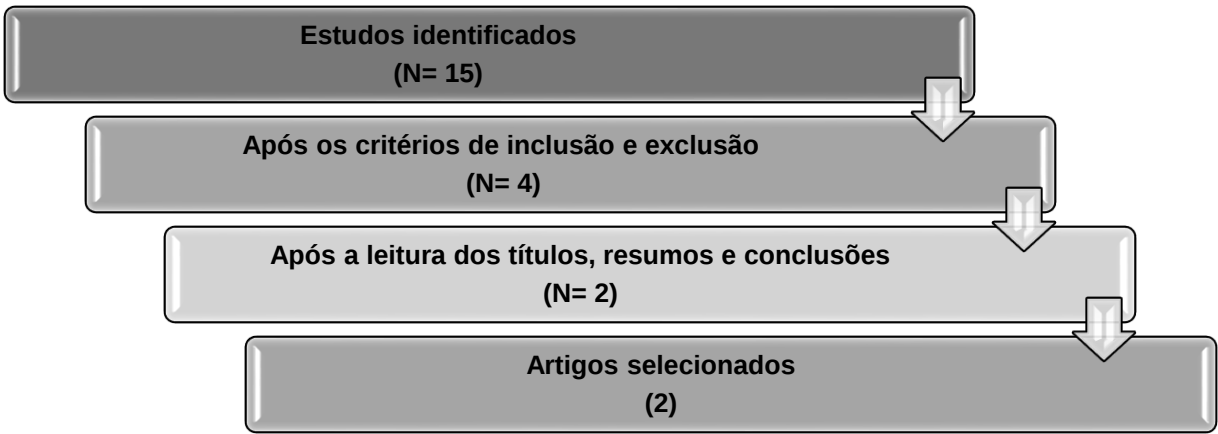
2 MATERIAIS E MÉTODOS

Este estudo assume a forma de uma revisão integrativa, caracterizada por sua natureza descritiva. A análise dos dados coletados será conduzida de maneira qualitativa, empregando os bancos de dados Scientific Electronic Library Online (SciELO) e Literatura Latino-americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS). A pesquisa é norteadada pela seguinte indagação: Como uma abordagem interdisciplinar pode ser eficaz na promoção da autonomia em idosos com risco de quedas? Para a busca de pesquisas relacionadas à temática, foram utilizados os descritores em Ciências da Saúde (DeCS): Quedas; Idoso; Promoção da Saúde; Comportamento e Prevenção, mediante a utilização do operador booleano AND.

Com o propósito de delimitar a temática conforme os objetivos deste trabalho, foram estabelecidos critérios de inclusão e exclusão. Os critérios de inclusão adotados abrangem artigos completos, redigidos em língua portuguesa, publicados no intervalo entre 2018 e 2023,

e alinhados com a temática em questão. Por outro lado, os critérios de exclusão abarcam trabalhos pagos, além daqueles que não contribuem para os objetivos específicos deste estudo, incluindo trabalhos duplicados. O fluxograma a seguir ilustra o processo de seleção:

Figura 1 - Fluxograma do processo de seleção dos artigos nas bases de dados SciELO e LILACS, Recife, PE, 2023.



Fonte: Dados da pesquisa, 2023.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

A busca por trabalhos no período entre 2018 e 2023 resultou em um total de 15 exemplares, utilizando exclusivamente os descritores. Após a aplicação dos filtros preestabelecidos, o número foi reduzido para 4. Dessas seleções, apenas 2 estudos estavam alinhados com a questão de pesquisa proposta e o objetivo desejado.

O quadro a seguir mostra os dados coletados nos artigos selecionados:

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

Título	Autor(res)/ano	Objetivo	Principais resultados
--------	-----------------	----------	-----------------------

Ação interdisciplinar com utilização de exercícios físicos lúdicos para melhoria da autonomia funcional de idosos institucionalizados	GUIMARÃES, J. et al., 2023.	Descrever as experiências de atuação interdisciplinar com aplicação de exercícios físicos e atividades com grupos lúdicos para melhorar a autonomia funcional de idosos institucionalizados.	Foi identificado que a “proposta” de intervenção com grupos lúdicos e exercícios físicos traz resultados positivos, tornando-se necessária e urgente para a obtenção de maior independência e autonomia funcional nesta fase da vida em idosos institucionalizados.
Protagonismo da prevenção de quedas por idosos na perspectiva do modelo de promoção da saúde.	Rodríguez, et al., 2022.	aplicar o processo de enfermagem adotando o Modelo de Promoção da Saúde de Pender com foco em quedas em idosas, identificando comportamentos de risco e analisando o incentivo ao desenvolvimento da autorreflexão para mudanças.	Mudanças comportamentais foram avaliadas ao decorrer da aplicação do processo de enfermagem, da óptica do componente Resultado Comportamental do Modelo de Promoção da Saúde de Pender, indicando medidas de segurança e mudança de visão pelas idosas sobre riscos de quedas e gravidade de suas consequências.

Este estudo, constatou-se que todos artigos selecionados tinha como resultados que os idosos já tinha sofrido pelo menos uma queda devido a comportamentos de risco, corroborando descobertas de outros estudos brasileiros que indicam uma incidência significativa de quedas em mulheres idosas. Evidenciaram-se diversas consequências, tanto de natureza física quanto emocional. Conscientes de que tinham o poder de tomar medidas para reduzir tais incidentes, as participantes assumiram o compromisso de modificar atitudes e comportamentos, visando diminuir o risco de quedas futuras. De acordo com Sena (2021), esse compromisso fundamentou-se na aplicação prática do conhecimento adquirido durante o processo, incluindo a remoção de obstáculos, o uso de calçados mais adequados e uma atenção mais cuidadosa ao caminhar. Observou-se a necessidade de uma investigação mais aprofundada dos fatores pessoais que influenciam o comportamento de risco para quedas. Segundo Carvalho (2021), a equipe interdisciplinar desempenhou um papel crucial ao criar condições propícias para a mudança, utilizando os principais determinantes como base para orientação comportamental,

com foco na promoção de estilos de vida saudáveis. Acredita-se que a alteração no comportamento das idosas pode ser atribuída à prática educacional, que pode ter fomentado o protagonismo por meio da comunicação horizontal. Além disso, a reflexão em grupo pode ter estimulado a tomada de decisões pessoais, contribuindo para a mudança efetiva no comportamento em relação ao risco de quedas.

4 CONCLUSÃO

Este estudo destaca a relevância crucial da abordagem interdisciplinar na promoção da autonomia em idosos com risco de quedas. As idosas participantes, conscientes das consequências físicas e emocionais das quedas, comprometeram-se a modificar comportamentos de risco, evidenciando a eficácia de estratégias preventivas. A equipe interdisciplinar desempenhou um papel vital, utilizando determinantes comportamentais para orientação e promovendo estilos de vida saudáveis. A participação ativa das idosas, impulsionada pela educação e reflexão em grupo, destaca o potencial transformador dessas abordagens. Assim, este estudo aponta para a importância da educação e colaboração entre profissionais na busca por soluções abrangentes e eficazes para a promoção da autonomia e prevenção de quedas em idosos.

REFERÊNCIAS

ANDRADE, Carla Carolina Souza; ANDRADE, Carlos Henrique Souza; ANDRADE, Eronildo de Almeida. A importância da assistência de enfermagem e nutrição na prevenção de quedas em idosos. Revista Artigos.com, volume 30, e8129, 07/2021. Disponível em: <file:///C:/Users/helor/Downloads/8129-Artigo-87979-4-10-20210716.pdf>. Acesso em 26/11/2023.

CARVALHO, Matheus. Manual de Direito Administrativo. 8. ed.: Salvador: Editora Juspodivm, 2021.

DUARTE, Gisele Patricia; SANTOS, Jair Licio Ferreira; LEBRÃO, Maria Lúcia; DUARTE, Yeda Aparecida de Oliveira. Relação de quedas em idosos e os componentes de fragilidade. Revista Brasileira de Epidemiologia, 21, 04 de fev de 2019. Disponível em: <https://www.scielo.org/article/rbepid/2018.v21suppl2/e180017>. Acesso em 10/10/2022.

IBGE – INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. Censo Brasileiro de 2020. Rio de Janeiro: IBGE, 2020.

MADURO, A.; FIGUEIREDO, M. C. Intervenções de enfermagem na prevenção de queda dos idosos: Uma scoping review. Revista da UI_IPSantarém. Edição Temática: Ciências da Vida e da Saúde. 9(1), 274-290, 2021. Disponível em <file:///C:/Users/helor/Downloads/24849-Texto%20do%20Trabalho-97078-1-10-20210620.pdf>. Acesso em 26/11/2023.

RODRIGUES, Ana Rafaela Souza; POLARO, Sandra Helena Isse; GONÇALVES, Lucia Hisako Takase. Protagonismo da prevenção de quedas por idosos na perspectiva do modelo de promoção da saúde. Tópicos Atuais em Saúde I: abordagens sobre saúde, doença e cuidado - ISBN 978-65-5360-116-1 - Editora Científica Digital - www.editoracientifica.org - Vol. 1 - Ano 2022. Disponível em <https://downloads.editoracientifica.com.br/articles/220408721.pdf>. Acesso em 26/11/2023.

SENA, A.C; ALVAREZ, A.M; NUNES, S.F.L; COSTA, N.P.S. Cuidados de enfermagem relacionados à prevenção do risco de quedas de idosos hospitalizados: revisão integrativa. Rev Bras Enferm. 2021;74 (Suppl 2): e 20200904. <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2020-0904>. Acesso em 26/11/2023.