

AVALIAÇÃO DO RISCO DE QUEDAS EM IDOSA DURANTE A PANDEMIA DE COVID - 19

Alicyregina Simião Silva¹, Liduína Antônia de Sena², Janiel Ferreira Felício³, Inara da
Silva de Moura⁴, Alana Santos Monte⁵

¹ Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira,
(alicy.reginasilva@gmail.com)

² Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira,
(senalidu@gmail.com)

³ Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira,
(janielfelicio1@gmail.com)

⁴ Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira,
(inaramoura13@gmail.com)

⁵ Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira,
(alanamonte@unilab.edu.br)

Resumo

Objetivo: Relatar a experiência da avaliação do risco de quedas em uma idosa, através da aplicação da Escala de Tinetti, durante a pandemia de COVID-19. **Metodologia:** Trata-se de um estudo descritivo, do tipo relato de experiência, realizado por quatro acadêmicos de enfermagem. Realizou-se, em ambiente domiciliar, a aplicação da escala de Tinetti, de modo a avaliar a influência da marcha e do equilíbrio sobre o risco de quedas na participante. **Resultados:** A entrevistada tem 83 anos, utiliza medicamentos de uso contínuo, deambula com dificuldade, queixa-se de dores frequentes nas articulações e nos membros inferiores, tendo dificuldade para a realiza atividades manuais, usa lentes para auxílio da visão, embora não as utilize com frequência. A idosa obteve escore de 9 pontos na avaliação do equilíbrio e possuiu 5 pontos na parte referente a marcha, apresentando uma pontuação total de 14 na escala de Tinetti, o que indica alto risco de quedas. Nesse sentido, ressalta-se a necessidade de acompanhamento pela equipe multiprofissional com objetivo de trabalhar os aspectos físicos e comportamentais para a redução desse risco. Destaca-se também a necessidade de orientações e adaptações relacionadas ao ambiente domiciliar, de modo a proporcionar um local mais seguro e com menor risco para a ocorrência de quedas. **Conclusão:** Considerando o risco de quedas como um processo complexo, porém prevenível, torna-se necessário a elaboração de estratégias específicas para a realidade de cada idoso, de forma a serem trabalhados os fatores modificáveis, visando fortalecer os aspectos protetores relacionados a esse fenômeno, especialmente durante o contexto da pandemia de COVID-19, onde muitos dos fatores de risco tornam-se mais evidentes, podendo exercer influencias significativas sobre a prevalência desse evento.

Palavras-chave: Acidentes por quedas; Equilíbrio postural; Saúde do idoso; Enfermagem geriátrica.

Área Temática: Temas livres.

Modalidade: Trabalho Completo.

1 INTRODUÇÃO

O envelhecimento é definido como um processo gradual, lento e irreversível que reduz a capacidade do organismo em responder de forma satisfatória às situações de estresse. Tal definição também está relacionada com o processo de envelhecimento populacional, observado a nível mundial, fato que causa preocupação às autoridades governamentais e de saúde, visto que possui relação direta com o aumento das doenças crônico-degenerativas e de outros riscos e acometimentos específicos da população idosa (PONTES et al., 2017).

Nesse contexto, observa-se que durante o processo de envelhecer ocorre um conjunto de alterações anatômicas e fisiológicas que predis põe os indivíduos a patologias que podem reduzir a capacidade funcional dos idosos, e os faz consumir com maior frequência e por um maior período de tempo os serviços de saúde, incluindo a ocupação de leitos hospitalares, o que aumenta os custos financeiros do sistema público de saúde (SOUZA et al., 2017).

Vale destacar o risco de quedas como um dos aspectos a serem considerados, à medida que quedas sucessivas na população idosa podem resultar no processo de hospitalização e posterior institucionalização desse grupo. Segundo Rocha et al. (2018), no Brasil, cerca de 30% dos idosos caem pelo ao menos uma vez por ano. O que torna importante destacar que, quanto maior a idade, maiores as chances de quedas, de forma que esse risco se torna consideravelmente maior após os 80 anos de idade.

Desse modo, ressalta-se que o envelhecimento também está relacionado com a perda do equilíbrio e com a redução da massa óssea e muscular, aspectos responsáveis por causar o aumento do risco de quedas na população idosa. Esse fenômeno é influenciado tanto por fatores intrínsecos, incluindo as alterações fisiológicas características do envelhecimento, o efeito de medicamentos e a ocorrência de doenças, como também por os fatores extrínsecos, que incluem a presença de ambientes físicos inadequados (SOUZA et al., 2017).

Torna-se ainda necessário considerar os fatores de risco domiciliares mais comuns, à medida que pisos escorregadios e a pouca iluminação do ambiente, tornam os locais mais propensos à ocorrência de quedas. Dessa forma, a elaboração de estratégias que visem a prevenção desses casos requer atividades de educação em saúde e orientações a serem abordadas e trabalhadas também no contexto domiciliar (CHEHUEN et al., 2018; SOUZA et al., 2020).

Além disso, alguns aspectos específicos vivenciados durante a pandemia de COVID-19 também exercem influência sobre o aumento do risco de quedas. Sob essa óptica, destaca-se que o isolamento social, embora considerado uma medida fundamental para conter a disseminação do vírus, pode também favorecer a redução da capacidade funcional dos indivíduos, decorrentes da exposição prolongada à períodos de inatividade, aumentando o risco de quedas, especialmente em idosos que não recebem instrução ou incentivo adequado com relação a continuidade das atividades dentro da residência, como forma de evitar ou reduzir a falta de exercícios físicos (SOUZA et al., 2020).

Nesse sentido, a ocorrência de quedas é considerada um evento que interfere de forma negativa em diversos aspectos da vida do idoso, sendo estes físicos, sociais e econômicos, o que revela a necessidade da realização de medidas que visem prevenir a ocorrência desses eventos ou minimizar suas consequências, considerando e conhecendo os principais fatores de risco estabelecidos em cada caso avaliado (SMITH et al., 2017).

Diante disso, o estudo possuiu como objetivo relatar a experiência relacionada a avaliação do risco de quedas em uma idosa, através da aplicação da Escala de Tinetti, durante a pandemia de COVID-19.

2 MÉTODO

Trata-se de um estudo descritivo, do tipo relato de experiência. Segundo Nunes et al. (2016), a pesquisa descritiva visa a identificação, análise e registro de características que estão relacionadas à determinado fenômeno. Nesse contexto, realizou-se no dia 05 de março de 2021, uma consulta domiciliar à idosa, com o objetivo de avaliar aspectos relacionados ao risco de quedas.

Tal atividade foi proposta durante a parte prática da disciplina Processo de Cuidar na Saúde do Idoso, e tinha como objetivo avaliar algum fator relacionado à saúde geriátrica, com o auxílio de instrumentos ou escalas específicas utilizadas nas consultas de enfermagem, visando identificar ou mensurar algum desses fatores.

A proposta inicial seria a realização de uma consulta de enfermagem em uma instituição de longa permanência ou em outros locais que fornecem assistência à saúde do idoso. No entanto, considerando o contexto pandêmico vivenciado no momento do estudo, a atividade da disciplina propôs que os discentes realizassem a avaliação com algum parente ou amigo de 60 anos ou mais, de modo que esta deveria ser realizada de forma presencial somente nos casos onde os acadêmicos residiam juntamente com alguma pessoa idosa. Entretanto, se os discentes não habitassem na mesma residência desse público, a atividade deveria ser executada de forma virtual ou através de contato telefônico.

Para a avaliação do risco de quedas na idosa utilizou-se a Escala de Tinetti, buscando observar fatores como o equilíbrio e a marcha da entrevistada, visto que esses aspectos também contribuem para a prevalência de quedas. Após a obtenção da pontuação da escala, os valores foram mensurados e avaliados, de forma a contribuir com a elaboração de possíveis orientações à idosa, durante e após o período pandêmico.

Ressalta-se que, por se tratar de um relato de experiência e por não envolver a exposição da participante, não foi necessário a solicitação do Comitê de Ética em Pesquisa. No entanto, foi solicitada a autorização da entrevistada para a realização da avaliação, através do consentimento verbal da idosa, de modo que foi explicado para esta a atividade e seus objetivos, respeitando os princípios éticos da pesquisa científica, de acordo com a resolução nº 466/2012, do Conselho Nacional de Saúde (BRASIL, 2012).

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

A idosa avaliada tem 83 anos, utiliza medicamentos de uso contínuo, realiza suas atividades básicas de vida diária de forma independente, embora deambule com dificuldade, necessitando frequentemente do apoio do andador. A mesma queixa-se de dores fortes e frequentes nas articulações e nos membros inferiores, bem como relata que possui maior dificuldade para a realização de atividades manuais. Além disso, faz uso de lentes para auxílio da visão, embora não as utilize com frequência. A entrevistada reside em uma casa de seis

cômodos juntamente com duas netas, que a auxiliam nos cuidados necessários. Por esse motivo, optou-se por aplicar a escala de Tinetti, como forma de avaliar o impacto do equilíbrio e da marcha com relação ao risco de quedas.

A escala de Tinetti é aplicada de modo mais específico no público idoso com presença ou ausência de patologias. O teste apresenta uma pontuação máxima de 28 pontos, sendo dividido entre a mensuração do equilíbrio e da marcha. A avaliação do equilíbrio contabiliza até 16 pontos e inclui a observação do paciente em pé, ao sentar e ao levantar. A avaliação da marcha, totaliza 12 pontos e observa o comprimento, a altura, a direção, a simetria e a continuidade dos passos, além de avaliar a distância dos tornozelos durante o ato de caminhar. Ressalta-se que pontuações menores indicam maior gravidade do problema, à medida que pontuações inferiores a 19 representam um risco de quedas cinco vezes maior, sendo necessário encaminhamento para programa de reabilitação e avaliação fisioterápica (PEREIRA et al., 2018).

Segundo Rodrigues (2019), o teste de Tinetti é utilizado frequentemente na prática clínica por ser considerado de fácil mensuração e por não exigir materiais sofisticados para sua aplicação, além de ser considerado eficaz na detecção de alterações relacionadas a marcha e ao equilíbrio dos idosos. O uso dessa escala apresenta implicações importantes para a vida e saúde geriátrica, à medida que possibilita o planejamento de ações assistenciais, preventivas e de reabilitação.

Destaca-se que após a aplicação da escala, a idosa apresentou pontuação 9 na avaliação do equilíbrio e possuiu escore de 5 pontos na parte referente a marcha, totalizando 14 pontos, valor que representa elevado risco de quedas, sendo este 5 vezes maior na paciente entrevistada, o que indica a necessidade de encaminhamento para acompanhamento pela equipe multiprofissional, de modo a trabalhar de forma efetiva os fatores modificáveis, objetivando a redução do risco de quedas nesse caso, bem como torna necessário a orientação profissional com relação aos modos de prevenir a ocorrência de quedas no domicílio, especialmente durante o contexto de isolamento social decorrente da pandemia de COVID-19.

É possível destacar que o risco de quedas é um evento multifatorial. Segundo Smith et al. (2017), este evento pode ser influenciado por fatores como o uso de medicamentos, idade avançada, especialmente acima de oitenta anos, problemas articulares e déficit visual. Além disso, o risco de quedas apresenta forte associação com o sexo feminino, explicada devido características fisiológicas, musculares, ósseas e hormonais próprias das mulheres.

Ressalta-se que o comprometimento no equilíbrio e na força dos idosos, resultantes das alterações articulares e musculares próprias do processo de envelhecer, podem predispor esses indivíduos a maiores riscos de quedas. Tais mudanças são capazes de provocar instabilidades posturais e dificuldades de locomoção, além de mudanças sensoriais, que interferem no controle postural. O domínio da marcha também é afetado, pois ocorre a redução dos passos e da amplitude de movimento, propiciando assim um maior risco de quedas (SOUZA et al, 2020).

Outro fator importante diz respeito a acuidade visual, visto que esta é considerada um dos principais fatores de risco para quedas, de modo que em situações anteriores a pandemia, recomendava-se frequentemente que os pacientes idosos fossem encaminhados para o acompanhamento e correção visual de modo a minimizar seus efeitos sobre a ocorrência de quedas. No entanto, a restrição dos idosos ao ambiente domiciliar, como prevenção da contaminação pelo novo coronavírus, reduziu a frequência e acesso desse público às unidades básicas de saúde, e gerou a postergação de avaliações e tratamentos específicos relacionados a saúde dos idosos, dando continuidade às queixas de limitações visuais e suas consequências (ALSHAMMARI, 2018; SANTOS et al., 2021).

Considerando os achados obtidos após a aplicação da Escala de Tinetti, ressaltou-se para a idosa e seus familiares pontos importantes relacionados a pontuação e o significado dessa, de modo que foi orientado sobre a importância do acompanhamento da equipe multiprofissional, incluindo o tratamento fisioterápico como modo de potencializar os fatores protetores e reduzir os fatores modificáveis. Além disso, também foram realizadas orientações relacionadas à adaptação do ambiente domiciliar e sus impactos no risco de quedas. Foi também informado para esse público sobre a importância da continuação das atividades cotidianas adaptadas para serem realizadas no domicílio de modo a reduzir a inatividade do idoso, e conseqüentemente os fatores de risco para quedas, especialmente durante o contexto pandêmico vivenciado.

Dessa forma, a realização da atividade possibilitou aos acadêmicos a visualização e experiência prática no que diz respeito a aspectos específicos relacionados à consulta de enfermagem ao paciente idoso, de forma que foi possível, através desse momento, instigar a elaboração de estratégias que visem trabalhar através da educação em saúde a prevenção do risco de quedas. Esse processo utilizou não somente a atuação dos acadêmicos, como também necessitou da colaboração e participação da idosa entrevistada e de seus familiares. Tal afirmação ressalta a importância do estabelecimento de vínculo e confiança entre profissionais, familiares e clientes, fator que deve ser eficientemente trabalhado e incentivado desde a graduação, visto que é um aspecto essencial na prática profissional.

4 CONCLUSÃO

Considerando o risco de quedas como um processo complexo, porém prevenível, torna-se necessário a elaboração de estratégias específicas para a realidade de cada idoso, de forma a serem trabalhados os fatores modificáveis, visando também fortalecer os aspectos protetores relacionados a esse fenômeno, especialmente durante o contexto da pandemia de COVID-19, onde muitos dos fatores de risco tornam-se mais evidentes.

Portanto, o enfermeiro é considerado um agente essencial nesse processo, visto que este possui uma relação mais direta com o público idoso atendido, sendo possível a aplicação de instrumentos, escalas e avaliações que visem identificar as principais necessidades desse público, visando a redução da ocorrência de eventos prejudiciais e buscando garantir maior qualidade de vida da população idosa.

REFERÊNCIAS

ALSHAMMARI, A. S. et al. Falls among elderly and its relation with their health problems and surrounding environmental factors in Riyadh. **J Family Community Med.** v. 25, n. 1, p. 29-34, 2018.

BRASIL. Conselho Nacional de Saúde. **Resolução n.º 466, de 12 de dezembro de 2012.** Brasília, 2012. Disponível em: <http://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/cns/2013/res0466_12_12_2012.html>. Acesso em: 11 jan. 2021.

CHEHUEN, J. A. et al. Percepção sobre queda e exposição de idosos a fatores de risco domiciliares. **Revista Ciência e Saúde Coletiva**, v. 23, n.1, p.1097-1104, 2018.

NUNES, G. C.; NASCIMENTO, M. C. D.; ALENCAR, M. A. C. Pesquisa científica: conceitos básicos. **Revista de Psicologia**, v. 10, n. 29, p. 144-151, 2016.

PEREIRA, M. T. et al. Correlação entre o equilíbrio funcional e o estadiamento da Doença de Parkinson. **Pará Research Medical Journal**, v. 1, n. 3, p. 1-8, 2018.

PONTES, S. S. et al. Perfil e mobilidade funcional em idosos. **Revista Intercâmbio**, v. 9, p. 95-110, 2017.

ROCHA, C. A. Q. C. et al. Marcha de Idosos: um estudo em instituições asilares. **Revista Científica FAGOC-Saúde**, v. 3, n. 1, p. 26-34, 2018.

doity.com.br/conais2021

RODRIGUES, N. P. Equilíbrio estático e dinâmico em idosos. 2019. Dissertação (Mestrado em Fisioterapia). Escola Superior de Saúde do Alcoitão, Santa Casa da Misericórdia de Lisboa, 56 f., Lisboa, 2019.

SANTOS, J. S. et al. Queda domiciliar de idosos: implicações de estressores e representações no contexto da COVID-19. **Revista Gaúcha de Enfermagem**, v. 42, n. 1, 2021.

SMITH, A. A. et al. Avaliação do risco de quedas em idosos residentes em domicílio. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, v. 25, n. 1, 2017.

SOUZA, E. C. et al. Riscos de quedas em idosos e a COVID-19: Um alerta de saúde e proposta de exercícios funcionais. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, v. 25, p. 1-7, 2020.

SOUZA, L. H. R.; BRANDÃO, J. C. S.; FERNANDES, A. K. C.; CARDOSO, B. L. C. Queda em idosos e fatores de risco associados. **Revista de Atenção à Saúde**, v. 15, n. 54, p. 55-60, 2017.