



QUEDAS NA TERCEIRA IDADE: PREVALÊNCIA, FATORES ASSOCIADOS E ATUAÇÃO DA FISIOTERAPIA

MAGALHÃES, Luciana Sousa; CAIXETA, Juliana Pereira

lucianafisio2008@hotmail.com

ju.caixeta@hotmail.com

Introdução e objetivo: A perspectiva de crescimento da população acima de 60 anos colocará o Brasil, dentro de 25 anos, como a 6ª maior população de idosos no mundo em números absolutos. Atualmente, contamos com o número de 16 milhões de indivíduos com 60 anos ou mais, que passará a ser 32 milhões em 2025, que representará 15% de nossa população total. Os fisioterapeutas devem ter conhecimento sobre como evitar quedas e orientar os idosos, para que possam mudar alguns hábitos, e devem orientar também os familiares e cuidadores para que possam fazer adaptações necessárias no ambiente onde o paciente se encontra. O presente estudo teve com objetivo verificar as principais causas, prevalências, e fatores associados às quedas em idosos não institucionalizados e atuação da fisioterapia. **Material e Métodos:** Foi realizada uma pesquisa quantitativa descritiva aprovado pelo Comitê de Ética e Pesquisa sob protocolo numero 46/11, mediante aplicação de um questionário contendo 10 questões fechadas com 30 indivíduos com idade de 60 anos ou mais, que aceitaram participar da pesquisa mediante assinatura do TCLE (Termo de Consentimento Livre e Esclarecido), em agosto de 2011. **Resultados e Discussão:** Os resultados revelaram que a maioria dos idosos participantes é do sexo feminino e 40% apresenta idade acima de 70 anos. No que tange à relação entre o sexo dos questionados e o nº de quedas, verificou-se que a maior parte dos entrevistados 86,7%, sofreu quedas, sendo que as mulheres caem mais, 58% relataram ter sofrido de 1 a 5 quedas que ocasionaram fraturas. Desses 38% relataram ter ficado imobilizado, e 69% relatou ter medo de cair novamente. Corroborando com a literatura que mostra que nas faixas etárias mais velhas da população, a proporção de mulheres caidoras é maior que a de homens e com maior risco de sofrer outras quedas e de ter fraturas. Em relação aos tipos de quedas, 30% dos questionados com idade acima de 70 anos, relatou que escorregou e quanto ao local das quedas, 53% responderam que foi fora de casa. Os resultados revelaram que dos fatores extrínsecos que são atribuídos ao ambiente, e que podem ocasionar quedas, a maior parte, 35% foi à ausência de suporte no banheiro, 31% a ausência de corrimão nas escadas, 25% objeto espalhado pelo chão, 6% obstáculos entre o quarto e o banheiro, e 3% a iluminação inadequada. **Conclusão:** Pode-se concluir que as mulheres nas faixas etárias mais velhas têm mais risco de sofrer quedas e de ter como consequências fraturas, imobilização e medo de cair. E que é possível prevenir quedas e os fisioterapeutas têm que identificar aqueles com maior risco, analisar os fatores determinantes e extrínsecos e até mesmo o ambiente em que o idoso vive para orientar quanto à prevenção. Esse profissional também deve assegurar uma reabilitação pós-queda efetiva, tratando os declínios funcionais, atuando na promoção de saúde, e na prática de atividades físicas.

Palavras-chave: Idoso; Quedas, Fisioterapia.