

INTERVENÇÃO NO RISCO DE QUEDAS EM IDOSOS

TAGUCHI, CK; CRUZ, BN; BRITO, TSN; ALVES, LV; OLIVEIRA, GSF; SANTOS, LK; SILVA, AR.

Introdução: A queda é um evento perigoso que acomete principalmente a população idosa em decorrência da maior debilidade do controle postural ou equilíbrio, comprometendo a marcha e execução de atividades cotidianas. Quedas ocasionam desde lesões leves até mais graves e são consideradas um problema de saúde pública atual. Frente ao alto índice de quedas entre os idosos é urgente a necessidade de implementação de programas de intervenção e prevenção de quedas para idosos. (PERRACINI, 2005), (JÚNIOR E HECKMAN, 2006). **Objetivo:** Desenvolver, aplicar e avaliar um programa de intervenção para risco de quedas em idosos da comunidade. **Metodologia:** Estudo transversal, prospectivo, quanti e qualitativo desenvolvido no postos de saúde central e povoado Poço dos Bois do município de Cedro de São João- SE e no centro de convivência do município de Telha - SE. O projeto, em consonância com a resolução CNS 466/2012.2.2, foi aprovado pelo CEP da instituição sob o número 6231.0.000.107-10 e atendeu 118 voluntários de ambos os gêneros e faixa etária de 60 a 82 anos que preencheram a anamnese e os critérios inclusivos como por exemplo, serem capazes de responder às perguntas da entrevista e aos comandos da avaliação inicial, bem como capazes de executar as tarefas solicitadas. Os voluntários com dificuldade de compreensão verbal, dificuldades motoras e de locomoção, deficiência visual e auditiva, doenças neurológicas degenerativas e uso de drogas psicotrópicas foram excluídos do programa. Inicialmente foi aplicada uma anamnese e todos os participantes da pesquisa foram submetidos ao *Dynamic Gait Index* (DGI) de Castro *et al.* (2006) que avalia a marcha e o equilíbrio e *Timed Up and Go* (TUG) de Podsiadlo e Richardson (1991) que avalia a tendência de quedas e a mobilidade funcional. Na segunda fase, com duração de cinco semanas, 79 idosos foram convidados a participar, independentemente dos resultados obtidos no DGI e TUG, do programa de intervenção pautado nos exercícios de Cawthorne e Cooksey. Destaca-se que

os voluntários foram instruídos e acompanhados, durante todo processo de intervenção por, no mínimo dois estudantes do curso de Fonoaudiologia da Instituição sob orientação do professor responsável. Ao final da intervenção foi aplicado um questionário quantitativo para avaliar os resultados e a satisfação com o programa proposto e todos os voluntários assíduos foram reavaliados e todos os participantes foram novamente reavaliados pelas escalas apresentadas na fase inicial do programa. Para a análise estatística foi considerada a variável dependente os resultados no inventário adotado, e como variáveis independentes o gênero e idade. Os resultados foram apresentados na forma de box plot e gráfico de dispersão. Foi utilizado o programa SOFT R PROJECT: 3.12 para análise do teste de Wilcoxon pareado e o teste de Spearman. Foi adotado o valor de significância de 5%.

Resultados e Discussão: O DGI inicial apontou que 41,77% da amostra apresentaram escores indicativos para quedas futuras, apesar de ser ativos, com correlação estatisticamente significativa com a variável idade ($p=0,003602$). No TUG, 75,9% dos participantes apresentaram risco para quedas futuras. Utilizando outros instrumentos de avaliação os estudos de Pimentel e Scheicher (2009), Padoin *et al.* (2010), Silva *et al.* (2010), Alves e Scheicher (2011), Silva, Duarte e Arantes (2011) e Perracini *et al.* (2011), Souza *et al.* (2013) apontaram que idosos ativos e idosos não institucionalizados possuem menor risco de quedas. Ressalta-se que outros testes de equilíbrio e marcha indicam a importância do estudo da frequência de quedas em idosos, conforme aponta Castro, Perracini e Ganança (2006), Dias *et al.* (2009); Silva, Duarte e Arantes (2011) e Souza *et al.* (2013), uma vez que uma parcela expressiva pode ser negligenciada. Em relação ao gênero, apesar da análise estatística revelar associação significativa com DGI e TUG, a amostra foi composta majoritariamente pelo feminino, o que impossibilita a discussão do desempenho no DGI e TUG por esta variável, sem causar influência tendenciosa na sua análise. Porém, salienta-se que na literatura o gênero feminino possui maior alteração de equilíbrio corporal e são mais propensas a sofrerem quedas conforme apontam Fábrcio *et al.* (2004), Gazzola *et al.* (2006), Marin *et al.* (2007), Siqueira *et al.* (2007), Ferreira e Yoshitome (2010).

O teste de Spearman mostrou associação entre o DGI e idade, apontando que quanto maior a idade pior foi o desempenho, o que corroborou com os achados de Doná *et al.* (2009) e Alves e Carvalho (2010). A utilização do protocolo simples de intervenção promoveu diferenças significantes ao comparar o antes e depois do tratameto confirmando a importância do programa, o que foi evidenciado por Ribeiro e Pereira (2005) e Santos e Santos (2012). Por meio da análise de dispersão aparentemente ocorreu diferença entre os desempenhos no DGI antes e depois da intervenção. O teste de Wilcoxon pareado para comparação de médias do DGI ($p=0.0001001$) demonstrou que todos os idosos migraram da zona de risco para ausência de risco de quedas. O TUG apesar de indicar os voluntários com risco para quedas, não mostrou mudança de escores importante após a intervenção, o que discordou dos estudos de Araujo *et al.* (2011); Zambaldi *et al.* (2006), Resende, Rassi e Viana (2008), Fernandes *et al.* (2012) e Pagliosa e Renosto (2014) que utilizaram esta escala e obtiveram melhora dos escores no pré e pós intervenção e diminuição do tempo de execução do teste. **Conclusão:** A proposta e desenvolvimento do programa de intervenção foram bem sucedidos, porque diminuiu o risco para quedas e melhorou a marcha e o equilíbrio dinâmico em uma população com expressiva prevalência para quedas futuras e que se mostrou satisfeita ao final do processo.

Palavras Chaves: idoso, equilíbrio postural, questionários, acidentes por quedas.

REFERÊNCIAS:

CASTRO, S.M.; PERRACINI, M.R.; GANANÇA, F.F. Versão Brasileira do Dinamic Gait Index. **Braz. J. Otorhinolaryngol.** v.72, n.6, p.817-25, nov./dez. 2006.

PODSIADLO, D.; RICHARDSON, S. The timed “up & go”: A test of basic functional mobility for frail elderly persons. **Geriatrics.** v.39, p.142-148.1991.

ALVES, L.V.; CARVALHO, M. R. **Aplicação do *Dynamic Gait Index* em Idosos de Sergipe.** 2010. **TCC- UFS,** 2010.