

# Estudo sobre a ocorrência de quedas e preocupação em cair em adultos de meia-idade e idosos praticantes de exercício físico

\* Lílian Benin, \*\*Adriane Ribeiro Teixeira

\* Acadêmica do Curso de Fonoaudiologia da UFRGS, Bolsista de Iniciação Científica FAPERGS  
\*\* Fonoaudióloga, Professora no Departamento de Saúde e Comunicação Humana (UFRGS)

## Introdução

Quedas são comuns entre indivíduos de meia-idade e idosos, podendo originar medo de novas quedas e, conseqüentemente, restrição na realização de atividades de vida diária.

## Objetivo

Verificar a existência de relação entre a ocorrência de quedas e a preocupação em cair entre adultos e idosos praticantes de exercício físico

## Métodos

Participaram do estudo indivíduos adultos e idosos, de ambos os sexos, praticantes de exercício físico. Para a avaliação utilizou-se anamnese elaborada especialmente para o estudo e o instrumento *Falls Efficacy Scale* (FES-I-BRASIL), composto por 16 questões sobre a preocupação com a possibilidade de cair em atividades de vida diária. O instrumento já foi traduzido e validado para o português brasileiro por Camargos (2010). Após a leitura, o indivíduo deveria assinalar se a atividade descrita causava nenhuma (1 ponto), pouca (2 pontos), muita (3 pontos) ou extrema (4 pontos) preocupação em cair. O escore total pode variar de 16 a 64 pontos. Quanto maior a pontuação, maior a preocupação em cair. O projeto de pesquisa foi aprovado por Comitê de Ética em Pesquisa do Instituto de Psicologia da UFRGS (N° 21629). Para a análise estatística, utilizou-se o teste Qui-Quadrado, calculado no SPSS (versão 18).

## Resultados

Participaram do estudo 125 indivíduos, sendo 19 (15,2%) do sexo masculino e 106 (84,8%) do sexo feminino, com idades entre 55 e 90 anos (média 70,05 ± 7,52 anos). Vinte e três indivíduos (18,4%) referiram queda nos últimos seis meses.

Tabela 1 – Valores do FES total

	N	Máx	Mín	Méd	D.P
FES Total	125	54	16	23,08	6,08

Não se observou relação entre a presença de quedas e a pontuação no FES ( $p=0,26$ )

## Conclusão

Na amostra estudada, verificou-se que não houve relação entre a presença de quedas e a preocupação com novas quedas durante a realização de atividades de vida diária.