

**Prevenção de quedas em idosos em uso de polifarmácia: uma abordagem educativa para idosos e equipes da estratégia saúde da família****Prevention of falls in elderly people using polypharmacy: an educational approach for elderly people and family health strategy teams**

DOI:10.34119/bjhrv3n3-123

Recebimento dos originais:08/05/2020

Aceitação para publicação: 01/06/2020

**Arthur Menezes Vaz**

Discente, Medicina Turma: 2015.1;

Universidade do Estado do Pará;

Endereço: Av. Plácido de Castro, 1399 - Aparecida, Santarém - PA, 68040-090;

E-mail: arthurmenezesvaz@gmail.com

**Caio Lucas Martins Dourado Gonçalves**

Discente, Medicina; Turma 2015.1;

Universidade do Estado do Pará;

Endereço: Av. Plácido de Castro, 1399 - Aparecida, Santarém - PA, 68040-090;

E-mail: caiolucasdourado@gmail.com

**Vanessa Mello da Silva**

Discente, Medicina; Turma 2015.1;

Universidade do Estado do Pará;

Endereço: Av. Plácido de Castro, 1399 - Aparecida, Santarém - PA, 68040-090;

E-mail: vtavares1973@hotmail.com

**Marcelo José Sanches da Rocha**

Discente, Medicina; Turma 2015.1;

Universidade do Estado do Pará;

Endereço: Av. Plácido de Castro, 1399 - Aparecida, Santarém - PA, 68040-090;

E-mail: Sanchesmarcelo67@gmail.com

**Ivana Karina Sousa de Albuquerque**

Discente, Medicina; Turma 2015.1;

Universidade do Estado do Pará;

Endereço: Av. Plácido de Castro, 1399 - Aparecida, Santarém - PA, 68040-090;

E-mail: ivana.karina@yahoo.com.br

**Nyanne Fernanda da Silva Silva**

Discente, Enfermagem;

Universidade do Estado do Pará;

Endereço: Av. Plácido de Castro, 1399 - Aparecida, Santarém - PA, 68040-090;

E-mail: nyannefernandasilva@gmail.com

**Juarez de Souza**

Docente Efetivo da Universidade do Estado do Pará, Doutorado em Medicina Tropical pela  
Universidade Federal do Pará; Universidade do Estado do Pará;

Endereço: Av. Plácido de Castro, 1399 - Aparecida, Santarém - PA, 68040-090;

E-mail: Souza644@hotmail.com

**Emanuel Roberto Figueiredo da Silva**

Discente, Medicina; Turma 2015.1;

Universidade do Estado do Pará;

Endereço: Av. Plácido de Castro, 1399 - Aparecida, Santarém - PA, 68040-090;

E-mail: Emanuel.f.stm@hotmail.com

## **RESUMO**

**Introdução:** A população brasileira está envelhecendo, e com isso, o índice de doenças crônicas, suas comorbidades e a polifarmácia vem aumentando. A população idosa possui alterações senis que comprometem a farmacodinâmica e farmacocinética dos medicamentos, o que causa efeitos adversos como hipoglicemia, hipotensão, intoxicação e sedação predispondo, dentre outras complicações, as quedas. Objetivou-se, então, promover ações de educação em saúde sobre a prevenção de quedas em idosos para a equipe da ESF e para os idosos de cinco UBS e Centro de referência do idoso o município de Santarém, no intuito de promover o reconhecimento e prevenção da polifarmácia e vulnerabilidade a quedas nos idosos. **Metodologia/ Relato de experiência:** Trata-se de um estudo descritivo, desenvolvido a partir de uma Atividade de Educação em saúde realizada em Unidades Básicas de Saúdes do município de Santarém-PA, em Outubro de 2018, em que foram realizadas palestras e roda de conversa com a ESF, idosos e cuidadores de idosos. Além da entrega de cartilha informativa sobre Prevenção de quedas e risco da Polifarmácia na população idosa. Foi aplicado um questionário para avaliar o impacto da intervenção sobre conhecimento dos pesquisados a respeito dos temas abordados. **Resultados:** Foi realizada atividade de educação em saúde, que alcançou 140 pessoas. Após as palestras e debates, o número de acertos, pré e pós intervenção, foram de 67% para 93%, respectivamente. Através da dinâmica apresentada, pudemos perceber a relação dos indivíduos com a senescência e com o processo saúde-doença. Foi observado o desconhecimento dos entrevistados sobre as consequências da polifarmácia e sobre os fatores de risco e efeitos psicossociais deletérios das quedas nos idosos. Foi reconhecido e fortalecido o papel do ACS como elo entre o idoso vulnerável e as medidas primárias de educação e prevenção de quedas e polifarmácia na comunidade. **Conclusão:** A ação educativa realizada colaborou para a construção, valorização e reconhecimento sobre os cuidados com uso múltiplo de medicamentos e quedas da população idosa, o

reconhecimento de fatores e atitudes de risco evitáveis e esclarecimento de dúvidas, visando diminuir a morbidade e mortalidade e melhorar a qualidade de vida dessas pacientes.

**Palavras-Chave:** Idosos; Quedas; Polifarmácia

### **ABSTRACT**

**Introduction:** The Brazilian population is aging, and with this, the rate of chronic diseases, their comorbidities and polypharmacy has been increasing. The elderly population has senile changes that compromise the pharmacodynamics and pharmacokinetics of drugs, which causes adverse effects such as hypoglycemia, hypotension, intoxication and sedation, predisposing, among other complications, to falls. The objective was, then, to promote health education actions on the prevention of falls in the elderly for the ESF team and for the elderly in five UBS and Reference Center for the elderly in the municipality of Santarém, in order to promote recognition and prevention polypharmacy and vulnerability to falls in the elderly. **Methodology / Experience report:** This is a descriptive study, developed from a Health Education Activity carried out in Basic Health Units in the municipality of Santarém-PA, in October 2018, in which lectures and a wheel talks with the FHS, the elderly and elderly caregivers. In addition to the delivery of an information booklet on the prevention of falls and the risk of Polypharmacy in the elderly population. A questionnaire was applied to assess the impact of the intervention on the respondents' knowledge regarding the topics covered. **Results:** A health education activity was carried out, which reached 140 people. After the lectures and debates, the number of correct answers, pre and post intervention, went from 67% to 93%, respectively. Through the dynamics presented, we could perceive the relationship of individuals with senescence and with the health-disease process. The interviewees' lack of knowledge about the consequences of polypharmacy and the risk factors and harmful psychosocial effects of falls in the elderly was observed. The role of the CHA was recognized and strengthened as a link between the vulnerable elderly and the primary measures of education and prevention of falls and polypharmacy in the community. **Conclusion:** The educational action carried out contributed to the construction, valorization and recognition of the care with multiple use of medications and falls of the elderly population, the recognition of preventable risk factors and attitudes and the clarification of doubts, aiming to reduce morbidity and mortality and improve the quality of life of these patients.

**keywords:** Elderly; Falls; Polypharmacy

### **1 INTRODUÇÃO**

O Brasil vive uma transição demográfica na qual a população idosa está se tornando mais numerosa, alargando o topo da pirâmide etária. Associada a isso, com a evolução constante e acelerada da medicina, doenças de evolução crônica tem sido o maior motivo de procura dessa população por serviços de saúde. Além do mais, devido à prevalência de doenças crônicas na faixa etária idosa, o uso de inúmeros fármacos é muito comum, visto que muitas das vezes há presença de várias comorbidades associadas (*REIS & JESUS, 2017*).

Segundo critérios utilizados pelo Centro Ibero-Americano para a Terceira Idade, é considerado polifarmácia quando o paciente consome quatro ou mais medicamentos. Normalmente, isso ocorre devido às inúmeras comorbidades diagnosticadas em um mesmo indivíduo e pelo uso indevido e indiscriminado de medicamento por conta própria (VIERA, *et al*, 2014).

O uso de vários medicamentos entre idosos é algo corriqueiro. Nos Estados Unidos da América, 80% dos idosos consomem medicamentos regularmente, em São Paulo essa porcentagem se aproxima de 85%, sendo que desses, 30% fazem uso de polifarmácia. Essa situação tem íntima relação com quedas nos idosos, pois, em média, 40% dos idosos que sofrem quedas, fazem uso de polifarmácia (REIS & JESUS, 2017).

A polifarmácia, associada à fisiologia senil, cuja reserva funcional é reduzida, assim como a redução da absorção, metabolização, distribuição e eliminação de fármacos, causa efeitos adversos como hipotensão, hipoglicemia, intoxicação e sedação, predispondo a população idosa a quedas mais frequentes. Os principais fármacos associados com esses efeitos são os inibidores de serotonina, antidepressivos tricíclicos, neurolépticos, benzodiazepínicos, anticonvulsivantes, hipoglicemiantes, diuréticos e antiarrítmicos, fármacos de uso comum pela população acima de 60 anos (BEZERRA *et al*, 2016).

A queda é um acidente que pode ser definido como um deslocamento não intencional do corpo para um nível inferior a posição inicial, sem correção em tempo hábil, causada por fatores que comprometem a estabilidade e manutenção da postura, sejam eles intrínsecos, como os decorrentes da fisiologia da senilidade ou extrínsecos como uso inadequado de fármacos e o ambiente inapropriado (GOMES *et al*, 2014).

Logo, tanto as quedas quanto o uso de polifarmácia na população idosa são fatores que alteram sua condição de saúde física e mental. Dessa forma, para promover uma melhor qualidade de vida e manter boas condições de saúde nessa faixa etária é de fundamental importância o reconhecimento e prevenção dessas duas condições de vulnerabilidade.

## **2 METODOLOGIA**

Esse artigo é fruto da ação de educação em saúde para prevenção de quedas em idosos, em especial aqueles em uso de polifarmácia, realizada em outubro de 2018 em cinco Unidades Básicas de Saúde e o Centro de referência do idoso do município de Santarém, Pará.

Para tal propósito, foi feito um ciclo de palestras para apresentar para a Equipe de Saúde da Família (ESF) e para a comunidade as principais formas de prevenção e reconhecimento da vulnerabilidade dos idosos a quedas e sua relação com a polifarmácia. Antes das palestras foi realizado a aplicação de um questionário com 6 perguntas e após as palestras foi reaplicado o mesmo de questionário para avaliação do grau de conhecimento antes e depois da intervenção, cada resposta correta pontuou-se um ponto.

Além disso, foram distribuídas aproximadamente 150 cartilhas (figura 1) sobre prevenção de quedas e o uso de polifarmácia.

### **3 RESULTADOS E DISCUSSÃO**

O público alcançado foi de 140 pessoas, sendo constituído de Agentes Comunitários de Saúde(ACS), enfermeiros, técnicos de enfermagem, médicos, cuidadores e idosos.

Durante as intervenções eram perceptíveis dúvidas em relação aos temas das palestras, que logo eram sanadas pela equipe; Todas as ACS presentes no dia da ação se dispuseram a responder o questionário antes e depois das palestras, e interagir durante as mesmas. Os pacientes presentes nas UBS também responderam os questionários uma vez que as palestras foram realizadas no dia dos grupões do Hiperdia, sendo assim, idosos e cuidadores participaram da ação.

Os dados obtidos a partir do preenchimento dos questionários antes e depois das palestras mostram os seguintes resultados: No primeiro momento obteve-se um total de 563 pontos, demonstrando um rendimento de aproximadamente 67% antes da palestra, e após a abordagem educativa obtivemos 781 pontos, totalizando um rendimento de conhecimento de aproximadamente 93%.

O Ministério da Saúde afirma que as complicações mais comuns das quedas são fraturas, traumatismo craniano, incapacidade, hospitalização e morte. Nesse estudo, a grande maioria dos participantes tinha consciência desses prejuízos mais evidentes decorrentes das quedas nos idosos.

Além disso, existe um espectro de consequências não tão evidente que muitas vezes é negligenciado pela sociedade. Após a primeira queda, o idoso fica como medo de cair novamente e, com isso, limita suas atividades diárias, iniciando um ciclo de inatividade que leva a fraqueza física e predispõem a novas quedas. Isso o afasta das suas atividades diárias e do ciclo familiar causando ansiedade e depressão (JAHANA; DIOGO, 2007). Apesar da gravidade das consequências psicológicas e sociais das quedas, a percepção sobre essas

consequências deletérias era exceção entre os participantes da ação. Dessa forma, durante as palestras foi dado ênfase nessa problemática.

Quanto aos fatores de risco para quedas, as respostas foram as mais diversas, mas a maioria congruente com a revisão de Barbosa e colaboradores que afirmam que o risco para quedas é multifatorial, levando em consideração fatores ambientais, comportamentais, alterações fisiológicas da senilidade e comorbidades adquiridas, como doenças crônicas físicas e psicológicas.

No entanto, para alguns idosos, o fator idade era discordante, suas idades não representavam fator de risco, pois muitos não se sentiam ou consideravam “velhos”. Essa percepção aliada à interação com o meio ambiente inadequado é um importante fator de risco para quedas, uma vez que, os riscos ambientais são negligenciados e as limitações físicas da idade são ignoradas predispondo a acidentes (JAHANA; DIOGO, 2007).

Ao indagar os participantes sobre que medidas eles utilizavam para prevenir quedas, muitos não tinham atentado para o assunto no seu dia-a-dia. Mesmo idosos que já tinham sofrido quedas recorrentes e alguns com sequelas graves ainda não haviam feito simples adaptações domiciliares necessárias para prevenir novos episódios.

Essas informações reforçam a importância de ações educacionais sobre o tema e o papel da saúde básica como protagonista na prevenção das quedas. Uma figura chave nesse processo é o Agente Comunitário de Saúde, pois a partir das suas atribuições no PSF, ele é a linha de frente no reconhecimento e prevenção do idoso vulnerável a quedas (BRASIL, 2012).

A polifarmácia não se mostrou um assunto muito popular entre os participantes da ação, poucos sabiam com exatidão o conceito. No entanto, a partir do debate durante a ação ficou claro que muitos já haviam sofrido com seus efeitos indesejados, como confusão na hora de tomar as medicações, interações medicamentosas e efeitos colaterais.

Essa situação já era esperada, uma vez que, Gomes e Caldas afirmam que cerca de 50% dos idosos tem prescrições com quatro ou mais medicamentos de uso crônico. Com isso, a chance de reações adversas clinicamente danosas é próxima de 50% e se o paciente fizer uso de sete ou mais medicações quase todos os pacientes sofrerão efeitos adversos dos medicamentos, sendo 20% desses efeitos graves (SILVA; SILVA; SCHMIDT, 2012).

Alguns estudos mostram que a parceria entre a equipe de saúde e o paciente pode reduzir o número de medicações que esse idoso necessita, desde que seja feita de maneira rigorosa. Medidas simples como, visitar o médico frequentemente e revisar a prescrição,

incluir o momento da medicação na rotina do paciente, jogar fora fármacos velhos, fazer melhor discriminação dos fármacos por meio de etiquetas com letras grandes e claras, monitorar efeitos adversos e adesão ao medicamento (SILVA; SILVA; SCHMIDT, 2012). Dessa forma, os efeitos adversos do uso de múltiplos fármacos podem ser minimizados com uma abordagem multiprofissional, de médicos, enfermeiros, farmacêuticos e ACS.

#### **4 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

A população idosa no Brasil está se tornando mais numerosa. Associado a isso está o aumento das comorbidades, doenças crônicas e o tratamento medicamentoso a elas relacionado.

Devido ao alto índice de doenças crônicas e à presença de várias comorbidades, associadas o uso de múltiplos fármacos é muito comum nessa faixa etária. A polifarmácia, ou seja, utilização de 5 ou mais medicamentos, prescritos ou não por profissional de saúde é, nesse contexto, fator de risco, associado a alterações próprias da senilidade, para quedas na população idosa mais frequentemente, em relação a população em geral

Observou-se, assim, a importância de prevenir quedas na população idosa, pois estas alteram sua condição de saúde física e mental, diminuem a autonomia, aumentam as chances de dependência e de depressão nessa população.

A concepção do projeto em questão visou repassar aos ACSs e ao público presente nas UBS conhecimentos práticos com relação às quedas em idade avançada e relação e perigos do uso excessivo, mas muitas vezes necessário, de medicamentos, com uma abordagem regionalizada, e à mudança de hábitos e ambiente físico domiciliar para prevenir acidentes.

A ação educativa realizada colaborou para a construção, valorização e reconhecimento sobre os cuidados com uso múltiplo de medicamentos e quedas da população idosa, o reconhecimento de fatores e atitudes de risco evitáveis e esclarecimento de dúvidas, visando diminuir a morbidade e mortalidade e melhorar a qualidade de vida dessas pacientes.

**REFERÊNCIAS**

BARBOSA, T.S; QUEIROZ, A.M.S; SILVA, B.M, SILVA, M.C.D; BARRETO, S.R.B.P; ALMEIDA,S.LS; **FATORES DE RISCO PARA QUEDAS NA POPULAÇÃO IDOSA: REVISÃO INTEGRATIVA DA LITERATURA**. *Revista Saúde*, v. 10, n.1 (ESP), 2016. ISSN 1982-3282.

BEZERRA, T.A, ALBUQUERQUE, B, KÁTIA, N.F.M.C. **AS QUEDAS NOS IDOSOS: A IMPORTÂNCIA DA EDUCAÇÃO PARA A SAÚDE**. *Revista Cogitare Enferm*, jan/mar;21(1):01-11, 2016.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Envelhecimento e saúde da pessoa idosa / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica – Brasília** : Ministério da Saúde, 2010.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Política Nacional de Atenção Básica / Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. – Brasília** : Ministério da Saúde, 2012. 110 p. : il. – (Série E. Legislação em Saúde).

CARLOS –MG. Vieira, E.D.S, et. Al. **8º Fórum de Ensino e Pesquisa Unimontes**, 24 a 27 de setembro de 2014.

FATORES ASSOCIADOS AO RISCO DE QUEDAS EM IDOSOS INSTITUCIONALIZADOS UMA REVISÃO INTEGRATIVA. Gomes, E.C.C, et. Al. **Revista Ciência e Saúde Coletiva**, 19(8);3543-3551, 2014

GOMES, H.O; CALDAS, C.P; **Uso Inapropriado de Medicamentos pelo Idoso: Polifarmácia e seus Efeitos**. *Revista do Hospital Universitário Pedro Ernesto, UERJ*: pg88-99, Ano 7, Janeiro / Junho de 2008

POLIFARMÁCIA EM IDOSOS NÃO INSTITUCIONALIZADOS EM MONTES ONAGA JAHANA, KELLY; D;ELBOUX DIOGO. **Quedas em idosos: principais causas e conseqüências**. *Saúde Coletiva*, vol. 4, núm. 17, bimestral, 2007, pp. 148-153 Editorial Bolina São Paulo, Brasil

RELAÇÃO DA POLIFARMÁCIA E POLIPATOLOGIA COM A QUEDA DE IDOSOS INSTITUCIONALIZADOS. Reis, K.M.C & Jesus, C.A.C. **Texto e contexto enferm**, vol.26(2), 2017

SILVA, R;SCHMIDT, O.F; SILVA, S. **POLIFARMÁCIA EM GERIATRIA**. *Revista da AMRIGS*, Porto Alegre, 56 (2): 164-174, abr.-jun. 2012