



SÍNDROME PÓS-QUEDA E OS IMPACTOS SOBRE A VIDA COTIDIANA DOS IDOSOS BRASILEIROS

Daniella Pereira Garcia¹
Fernando Noleto Júnior²
Júlia Barros Skeff³
Sophia Custódio Vilarinho Nunes⁴
Vinícius Soares Mendes Rodrigues⁵
Leidiane Nonato de Andrade⁶

As quedas em indivíduos idosos constituem uma questão relevante para a saúde pública no Brasil, uma vez que causam consequências como fraturas, lesões corpóreas e ptofobia. Nesse contexto, o Estudo Longitudinal da Saúde dos Idosos Brasileiros (ELSI-Brasil), realizado entre 2019-2021, afirma que 25% da população idosa residente em áreas urbanas sofrem quedas. Como impacto, há a autolimitação nas atividades diárias e a depressão, contribuindo para a imobilidade e intensificando o declínio físico relacionado ao envelhecimento. A síndrome pós-queda é caracterizada como o medo de voltar a cair, influenciando diretamente na vida cotidiana dos idosos de forma biopsicossocial. Este estudo buscou-se identificar o efeito da síndrome pós-queda relacionando com as limitações associadas a vida rotineira dos idosos. Ademais, foi realizada a revisão da literatura acerca dessa temática, em bases de dados científicos, como Google Acadêmico, Pubmed e LILACS, utilizando descritores como “síndrome pós-queda em idosos”, “ptofobia”, “depressão pós-queda em idosos” e “medo de cair em idosos”, com o uso do operador booleanos “AND”, durante os períodos de 2018-2023, totalizando 34 artigos. Os estudos revisados revelam que, de forma geral, os idosos que já sofreram quedas anteriormente têm um risco significativamente maior de desenvolver depressão e ptofobia (medo de cair), sendo que esses distúrbios aumentam consideravelmente a probabilidade de quedas futuras. Além disso, é importante ressaltar que a síndrome pós-

¹ Discente de medicina UNIFIMES campus Trindade – daniella.p.garcia.2015@gmail.com

² Discente de medicina UNIFIMES campus Trindade

³ Discente de medicina UNIFIMES campus Trindade

⁴ Discente de medicina UNIFIMES campus Trindade

⁵ Discente de medicina UNIFIMES campus Trindade

⁶ Docente de medicina UNIFIMES campus Trindade



queda tem como principal componente lesões resultantes do acidente, por exemplo, traumas que afetam o quadril ou o fêmur, o que gera a imobilidade e instabilidade postural nas pessoas idosas. Devido a isso, os idosos necessitam de maior assistência e cuidado por parte de familiares e cuidadores, o que contribui para sentimentos de tristeza, por conta da perda de autonomia. Juntamente com o medo de cair, surgem sintomas como baixo desempenho em testes de equilíbrio, vertigem crônica, níveis elevados de dor, pouco contato social, baixa satisfação com a vida, problemas de visão, uso de acessórios para locomoção, autorrelato de saúde precária ou muito precária, sendo estes, fatores que corroboram para o desenvolvimento da depressão. Dessa forma, esta revisão enfatiza o impacto que as quedas em idosos tem em sua vida cotidiana, já que experiências prévias estão correlacionadas a um aumento substancial no desenvolvimento de ptofobia e, conseqüentemente, a depressão. Sendo assim, para lidar com essa questão, é essencial implementar programas de prevenção de quedas, como aulas de ioga ou tai chi chuan e, também, oferecer apoio psicológico para superar os desafios emocionais da síndrome pós-queda, afim de promover um envelhecimento saudável e com mais liberdade.

Palavras-chave: Síndrome pós-queda em idosos. Ptofobia. Depressão pós-queda.