

INFLUÊNCIA DA PANDEMIA DO COVID 19 NO RISCO DE QUEDAS DE IDOSOS E IMPLEMENTAÇÃO DE UM PROGRAMA DE PREVENÇÃO DE QUEDAS VIRTUAL – O MÉTODO SAÚDE SEM QUEDAS¹

Deyse Borges Machado², Luiz Henrique Cabral Duarte³.

¹ Vinculado ao projeto “Influência da pandemia do covid 19 no risco de quedas de idosos e implementação de um programa de prevenção de quedas virtual – o método saúde sem quedas”

² Orientadora, Departamento de Ciências da Saúde – Laboratório de Biomecânica – CEFID – deyse.borges@udesc.br

³ Acadêmico (a) do Curso de Fisioterapia – CEFID – Bolsista PROBIC

Introdução: A queda é um problema de saúde pública, pois além de gerar transtornos à saúde, como fraturas do colo de fêmur, perda da independência funcional e limitações psicológicas, também gera custos relacionados ao tratamento e às hospitalizações. A etiologia das quedas em idosos é multifatorial, e podem ser causadas pela combinação de quatro principais fatores: comportamental, ambiental, socioeconômico e biológico (ROSE, 2010). Cerca de 30% dos idosos apresentam pelo menos uma queda ao ano e cerca de 13% dos idosos sofrem quedas recorrentes, caracterizado por duas ou mais quedas em um ano. Supõe-se que nos próximos meses e anos haverá um aumento substancial no número de quedas em idosos como consequência de menos atividade física durante a pandemia de COVID-19 (LA CÁMARA; JIMÉNEZ-FUENTE; PARDOS, 2020). Esse fato levará a um aumento de óbitos e incapacidades nessa população. Da mesma forma, hipotetizamos que muitas dessas mortes e incapacidades podem ser reduzidas ou evitadas pelo exercício físico. Dessa forma, os exercícios domiciliares são uma alternativa muito interessante para os idosos que estão isolados ou que têm medo de sair de casa, podendo trazer diversos benefícios à saúde dessa população. **Objetivos:** Verificar e descrever se idosos apresentam maior riscos de quedas durante a pandemia do SARS-COV 2 (COVID 19) e a implementação do Saúde sem Quedas Virtual em situação pandêmica. **Método:** Este estudo caracteriza-se por ser uma pesquisa do tipo mista. No que tange o delineamento caracteriza-se por ter uma abordagem epidemiológica e de eixo temporal, onde será realizado um estudo observacional, descritivo e de coorte. A população do estudo serão idosos brasileiros com e sem histórico de quedas, os quais serão recrutados por meio de formulário eletrônico. Estes deverão assinar o TCLE, aprovado pelo Comitê de Ética e Pesquisa da UDESC e seguindo a Convenção de Helsinque. A amostra será definida a partir das variáveis preditoras e de desfecho, sendo elas contínuas ou dicotômicas. Quando as variáveis tanto de desfecho forem dicotômicas será aplicado teste de qui-quadrado. Para variáveis preditoras contínuas e variáveis de desfecho dicotômicas será aplicado o teste t e para variáveis contínuas de desfecho e variáveis preditoras contínuas será utilizada o coeficiente de correlação. Por ser um estudo em que o número de participantes disponíveis ou acessíveis para estudo é limitado, será calculado o tamanho de efeito com poder estatístico de 90%. A partir do estudo piloto considerando um α de 0,05 e um β 0,10. Pesquisas referenciais também servirão para cálculo no número amostral. **Resultados/Discussão:** A pesquisa encontra-se em desenvolvimento até o ano de 2023. Foram realizados levantamentos de dados através de revisões sistemáticas a respeito do impacto da COVID-19 na saúde física e mental de idosos e a respeito de aspectos metodológicos para aplicação de intervenções para

prevenção de quedas em ambiente domiciliar. Foram elaboradas novas fichas para avaliações on-line e presencial, além do treinamento e capacitação de novos integrantes do programa para dar seguimento ao projeto de pesquisa realizando a coleta de dados e intervenções.

Palavras-chave: Risco de quedas, idosos, prevenção, treinamento físico, qualidade de vida, SARS-COV 2.

Referências

DE LA CÁMARA, M. Á.; JIMÉNEZ-FUENTE, A.; PARDOS, A. I. Falls in older adults: The new pandemic in the post COVID-19 era? **Medical Hypotheses**, v. 145, p. 110321, dez. 2020

ROSE, D.J. Fallproof! A Comprehensive Balance and Mobility Training Program. 2 ed. 2010.