

UNIVERSIDADE DE SÃO PAULO
ESCOLA DE ARTES, CIÊNCIAS E HUMANIDADES
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM GERONTOLOGIA

CAROLINA MENEZES SINATO

**Fatores de risco para quedas em idosos e suas associações com adesão a um programa
de prevenção**

São Paulo

2019

CAROLINA MENEZES SINATO

Fatores de risco para quedas em idosos e suas associações à adesão a um programa de prevenção

Dissertação apresentada à Escola de Artes, Ciências e Humanidade da Universidade de São Paulo para obtenção do título de Mestre em Ciências pelo Programa de Pós-Graduação em Gerontologia.

Versão simplificada resguarda temporariamente a versão integral, original ou corrigida, a pedido do autor, com anuência da CPG da EACH, de acordo com as Resoluções CoPGr 5401, de 17 de abril de 2007(Artigo 2º., Parágrafos 1º. a 3º.) e CoPGr 6542, de 18 de abril de 2013 (TÍTULO III,Cap. V - Seção I - Parágrafo 3) no período de dois anos e renovável por igual período

Área de Concentração:
Gerontologia

Orientadora:
Profa. Dra. Samila Sathler Tavares Batistoni

São Paulo
2019

Nome: SINATO, Carolina Menezes

Título: Fatores de risco para quedas em idosos e suas associações à adesão a um programa de prevenção

Dissertação apresentada à Escola de Artes, Ciências e Humanidade da Universidade de São Paulo para obtenção do título de Mestre em Ciências pelo Programa de Pós-Graduação em Gerontologia.

Área de Concentração:
Gerontologia

Aprovado em: 09/04/2019

Banca Examinadora

Prof. Dra. Ruth Caldeira de Melo

Universidade de São Paulo. Escola de Artes, Ciências e Humanidades

Prof. Dra. Juliana Martins Pinto

Universidade Federal do Triângulo Mineiro

Prof. Dra. Fabiana de Souza Orlandi

Universidade Federal de São Carlos

RESUMO

SINATO, Carolina Menezes. **Fatores de risco para quedas em idosos e suas associações à adesão a um programa de prevenção.** 2019. 90 f. Dissertação (Mestrado em Ciências) – Escola de Artes, Ciências e Humanidades, Universidade de São Paulo, São Paulo, 2019. Versão Original.

A literatura gerontológica tem registrado evidências de eficácia de intervenções destinadas à prevenção de quedas em idosos, permanecendo desafiadoras as questões relativas à adesão de idosos às mesmas. Desenvolveu-se, portanto, dois estudos baseados na oferta de um programa de prevenção de quedas em um serviço de atenção secundária à saúde, em dados de avaliação prévia dos participantes quanto ao risco de quedas e adesão ao programa. O primeiro estudo descreveu os fundamentos e a metodologia de um programa de prevenção de quedas do tipo “múltiplo” e as características dos participantes. Utilizou-se dados de 206 idosos ($75,6 \pm 7,59$ anos; 86,9% feminino) os quais, entre os anos de 2014 a 2018, participaram de intervenção com duração de 12 semanas composta por treinamento funcional e atividade educativa. Identificou-se que 35% dos idosos apresentavam alterações de equilíbrio, 42,2% redução da força muscular global, 63,1% lentidão na marcha, 83,5% medo de cair, 89,3% ocorrência de queda no último ano e 61,2% baixa autoeficácia para quedas, a frequência média por encontro foi de 60,4%, com assiduidade média de $9 \pm 4,24$ encontros. O segundo estudo, desenvolvido a partir da mesma amostra, testou um modelo hipotético de associações de variáveis explicativas da adesão dos idosos à intervenção, levando em consideração idade, condições físicas e funcionais, ocorrência de queda no último ano, autoeficácia para quedas e assiduidade ao programa (adesão). Utilizou-se análise de equações estruturais (via *Path Analysis*) resultando, dentre outras, em associações entre idade e autoeficácia para quedas, mediadas por condições físicas e funcionais e associações diretas entre ocorrência de quedas no último ano e adesão ao programa. O modelo explicou 24,6% da variabilidade, observando-se a ocorrência de quedas como variável de destaque frente ao desfecho adesão. Os dois estudos realçam o desafio de alcançar idosos que não apresentam riscos acentuados de quedas para participarem de intervenções preventivas e de promoção da saúde. Futuros trabalhos deverão considerar variáveis de natureza motivacional e socioambiental em modelos explicativos e abordar a adesão com indicadores para além da assiduidade aos programas.

Palavras-chave: Gerontologia. Acidentes por quedas. Cooperação e adesão ao tratamento.

Promoção da saúde.

ABSTRACT

SINATO, Carolina Menezes. **Risk factors for falls in the elderly and their associations to adherence to a prevention program.** 2019. 90 f. Dissertation (Master of Science) – School of Arts, Sciences and Humanities, University of São Paulo, São Paulo, 2019. Original Version.

The gerontological literature has recorded evidence of efficacy of interventions aimed at preventing falls in the elderly, with questions regarding elderly adherence to them remaining as a challenging. Two studies were developed based on the offer of a fall prevention program in a secondary health care service: participants' previous evaluation of the risk of falls and of adherence to the program. The first study described the rationale and methodology of a "multiple" type fall prevention program and the characteristics of participants. Data from 206 elderly (75.6 ± 7.59 years old, 86.9% female) were used, which, between 2014 and 2018, participated in a 12-week intervention composed of functional training and educational activity. It was identified that 35% of the elderly presented balance alterations, 42.2% reduction in overall muscle strength, 63.1% slow walking, 83.5% fear of falling, 89.3% occurrence of falls in the last twelve months and 61.2% low self-efficacy for falls; the average attendance per meeting was 60.4% with an average attendance of 9 ± 4.24 meetings. The second study, developed from the same sample, tested a hypothetical model of associations of variables explaining the adherence of the elderly to the intervention, considering age, physical and functional conditions, occurrence of fall in the last year, self-efficacy for falls and attendance to the program (adherence). Structural equation analysis (via Path Analysis) was used, resulting in, among others, associations between age and self-efficacy for falls, mediated by physical and functional conditions, and direct associations between occurrence of falls in the last year and adherence to the program. The model explained 24.6% of the variability, observing the occurrence of falls as a prominent variable in relation to the outcome of adherence. Both studies highlight the challenge of reaching older people who do not have a marked risk of falls to participate in preventive and health promotion interventions. Future work should consider motivational and socio-environmental variables in explanatory models and approach adherence with indicators beyond program attendance.

Keywords: Gerontology. Accidents by falls. Health profile.

Treatment adherence and compliance. Health promotion.