

ABORDAGEM MULTIDISCIPLINAR NA PREVENÇÃO DE QUEDAS EM IDOSOS: PAPEL DOS FISIOTERAPEUTAS, MÉDICOS E TERAPEUTAS OCUPACIONAIS

MULTIDISCIPLINARY APPROACH TO FALL PREVENTION IN ELDERLY PEOPLE: ROLE OF PHYSIOTHERAPISTS, DOCTORS AND OCCUPATIONAL THERAPISTS

Luciana Martinuzzi Breitenbach¹
Lorena Di Lauro Soares²
Ana Luiza Santos Magalhães³
Ana Carolina Santos Magalhães⁴
Zayla Adeilde Aguiar de Brito⁵
Cesar Guilherme Queiroz Valentim⁶
Marina Catharino Rodrigues⁷
Isadora Marçal Barbosa Fernandes⁸
Lívia Vilaça Cota Pereira⁹
João Dias Batista Dixini Naves¹⁰

RESUMO: A prevenção de quedas em idosos é um desafio significativo de saúde pública, devido aos altos índices de morbidade, mortalidade e impacto econômico associados. Esta revisão integrativa analisou e sintetizou evidências sobre a eficácia de abordagens multidisciplinares na prevenção de quedas em idosos, destacando o papel dos fisioterapeutas, médicos e terapeutas ocupacionais. A pesquisa incluiu 17 estudos publicados entre 2010 e 2023, abrangendo ensaios clínicos randomizados, estudos de coorte, estudos de caso-controle e revisões sistemáticas. Os resultados indicaram que intervenções de fisioterapia, incluindo programas de exercícios direcionados ao fortalecimento muscular, equilíbrio e mobilidade funcional, são eficazes na redução do risco de quedas. Os médicos desempenham um papel crucial na revisão e ajuste de medicamentos, bem como na gestão de condições crônicas e na correção de déficits sensoriais. Os terapeutas ocupacionais contribuem significativamente ao adaptar o ambiente domiciliar e promover técnicas seguras para a realização das atividades diárias. A integração das intervenções desses profissionais em um programa coordenado mostrou-se a abordagem mais eficaz para a prevenção de quedas, destacando a importância da comunicação e coordenação entre os membros da equipe multidisciplinar. A personalização das intervenções para atender às necessidades individuais dos idosos também foi identificada como essencial para maximizar os benefícios. Concluímos que a abordagem multidisciplinar na prevenção de quedas é fundamental para reduzir a incidência de quedas e melhorar a qualidade de vida dos idosos. Políticas de saúde devem apoiar modelos de cuidados integrados e promover a formação contínua dos profissionais de saúde envolvidos. Futuras pesquisas devem explorar a eficácia dessas intervenções em diferentes contextos culturais e socioeconômicos, bem como o impacto de novas tecnologias na prevenção de quedas.

Palavras-Chave: Prevenção de quedas. Abordagem multidisciplinar. Idosos.

¹UNICEUMA

²UESB

³FAMINAS BH

⁴Faculdade Ciências Médicas de Minas Gerais

⁵Universidade Federal do Piauí

⁶Hospital Municipal Ronaldo Gazolla

⁷UNINOVE VERGUEIRO

⁸Universidade CEUMA

⁹Faculdade Ciências Médicas de Minas Gerais

¹⁰Faculdade Ciências Médicas de Minas Gerais

ABSTRACT: Preventing falls in older adults is a significant public health challenge due to the high rates of morbidity, mortality, and economic impact associated with them. This integrative review analyzed and synthesized evidence on the effectiveness of multidisciplinary approaches in preventing falls in older adults, highlighting the role of physical therapists, physicians, and occupational therapists. The search included 17 studies published between 2010 and 2023, including randomized controlled trials, cohort studies, case-control studies, and systematic reviews. The results indicated that physical therapy interventions, including exercise programs targeting muscle strengthening, balance, and functional mobility, are effective in reducing the risk of falls. Physicians play a crucial role in reviewing and adjusting medications, as well as in managing chronic conditions and correcting sensory deficits. Occupational therapists contribute significantly by adapting the home environment and promoting safe techniques for performing daily activities. Integrating interventions from these professionals into a coordinated program was shown to be the most effective approach to fall prevention, highlighting the importance of communication and coordination among members of the multidisciplinary team. Tailoring interventions to meet the individual needs of older adults was also identified as essential to maximize benefits. We conclude that a multidisciplinary approach to fall prevention is essential to reduce the incidence of falls and improve the quality of life of older adults. Health policies should support integrated care models and promote ongoing training for health professionals involved. Future research should explore the effectiveness of these interventions in different cultural and socioeconomic contexts, as well as the impact of new technologies on fall prevention.

Keywords: Fall prevention. Multidisciplinary approach. Older adults.

INTRODUÇÃO

As quedas representam um problema de saúde pública significativo entre os idosos, associadas a altos índices de morbidade e mortalidade, além de impactos econômicos substanciais nos sistemas de saúde. A complexidade dos fatores de risco, que incluem condições de saúde crônicas, declínio funcional e fatores ambientais, exige uma abordagem multidisciplinar para a prevenção eficaz de quedas. Estudos têm demonstrado que estratégias integradas, envolvendo profissionais de diferentes áreas da saúde, podem reduzir a incidência de quedas e melhorar a qualidade de vida dos idosos.

Os fisioterapeutas desempenham um papel crucial na prevenção de quedas ao promover a melhoria da força muscular, equilíbrio e mobilidade dos idosos. Programas de exercícios específicos, como treino de equilíbrio e fortalecimento, têm mostrado eficácia na redução do risco de quedas. Além disso, os fisioterapeutas são responsáveis

por educar os pacientes sobre a importância da atividade física regular e fornecer orientações personalizadas para a prática segura de exercícios.

Paralelamente, os médicos contribuem para a prevenção de quedas através da avaliação e gerenciamento das condições de saúde dos idosos que podem predispor a quedas. A revisão e ajuste de medicamentos, diagnóstico e tratamento de doenças crônicas, bem como a identificação de déficits sensoriais e neurológicos, são intervenções críticas realizadas por médicos. O acompanhamento médico contínuo garante a estabilidade das condições de saúde dos idosos e a mitigação dos fatores de risco modificáveis.

Os terapeutas ocupacionais, por sua vez, focam na adaptação do ambiente e na modificação das atividades diárias dos idosos para prevenir quedas. Avaliações domiciliares e a recomendação de modificações ambientais, como a instalação de barras de apoio e a eliminação de obstáculos, são estratégias fundamentais implementadas por esses profissionais. Além disso, os terapeutas ocupacionais trabalham na promoção da autonomia dos idosos, orientando sobre técnicas seguras de realização de atividades diárias e uso de dispositivos auxiliares.

A integração das abordagens de fisioterapeutas, médicos e terapeutas ocupacionais cria um plano de cuidado holístico e personalizado, que atende às necessidades individuais dos idosos. A comunicação e coordenação entre esses profissionais são essenciais para a implementação de intervenções eficazes e para a maximização dos benefícios na prevenção de quedas. Estudos futuros devem continuar explorando os impactos de programas multidisciplinares e identificar melhores práticas para a prevenção de quedas em populações idosas.

O objetivo desta revisão integrativa foi analisar e sintetizar evidências sobre a abordagem multidisciplinar na prevenção de quedas em idosos, com foco específico no papel dos fisioterapeutas, médicos e terapeutas ocupacionais.

METODOLOGIA

A estratégia de busca foi conduzida em cinco bases de dados eletrônicas: PubMed, Scopus, CINAHL, Web of Science e LILACS. Os termos de busca incluíram combinações de palavras-chave e descritores relacionados a "prevenção de quedas", "idosos", "abordagem multidisciplinar", "fisioterapia", "medicina" e "terapia

ocupacional". Os filtros aplicados limitaram a busca a artigos publicados entre 2010 e 2023, em inglês, português e espanhol.

Foram incluídos estudos que abordavam intervenções multidisciplinares na prevenção de quedas em idosos e descreviam especificamente o papel dos fisioterapeutas, médicos e terapeutas ocupacionais. Ensaio clínico randomizado, estudos de coorte, estudos de caso-controle e revisões sistemáticas foram considerados elegíveis. Foram excluídos estudos que não especificavam a contribuição de cada profissional, artigos de opinião, editoriais e resumos de conferências.

A seleção dos estudos foi realizada em duas etapas. Na primeira etapa, dois revisores independentes examinaram os títulos e resumos dos artigos identificados na busca. Na segunda etapa, os textos completos dos estudos potencialmente elegíveis foram avaliados de forma independente pelos mesmos revisores. Discrepâncias na seleção foram resolvidas por consenso ou por um terceiro revisor.

Os dados foram extraídos utilizando um formulário padronizado que incluía informações sobre os autores, ano de publicação, desenho do estudo, características da amostra, intervenções multidisciplinares descritas e resultados relacionados à prevenção de quedas. A síntese dos dados foi realizada de forma qualitativa, agrupando as evidências de acordo com o papel de cada profissional (fisioterapeutas, médicos e terapeutas ocupacionais) e destacando as intervenções mais eficazes relatadas nos estudos.

RESULTADOS

A revisão integrativa incluiu 17 estudos publicados entre 2010 e 2023, compreendendo ensaios clínicos randomizados ($n=12$), estudos de coorte ($n=4$), estudos de caso-controle ($n=1$) e revisões sistemáticas ($n=1$). As amostras dos estudos variaram de 50 a 1.200 participantes, com idades entre 65 e 90 anos. A maioria dos estudos foi conduzida em países desenvolvidos, com uma distribuição geográfica diversificada.

Os estudos incluídos destacaram a eficácia das intervenções de fisioterapia na prevenção de quedas em idosos. Programas de exercícios direcionados, como treino de equilíbrio, fortalecimento muscular e mobilidade funcional, foram consistentemente associados à redução da incidência de quedas. Em particular, exercícios

multicomponentes que combinam equilíbrio, força e flexibilidade mostraram-se mais eficazes. Além disso, os fisioterapeutas desempenharam um papel importante na educação dos idosos sobre a importância da atividade física e na supervisão das sessões de exercício para garantir a segurança e a adesão ao programa.

Os estudos revisados enfatizaram o papel crucial dos médicos na avaliação e manejo dos fatores de risco para quedas. A revisão e ajuste de medicamentos, especialmente aqueles que afetam o sistema nervoso central, foram intervenções chave realizadas pelos médicos. A gestão de condições crônicas, como hipertensão, diabetes e doenças neurológicas, também foi destacada como essencial para a prevenção de quedas. Além disso, os médicos contribuíram significativamente para a identificação e correção de déficits sensoriais, como problemas de visão e audição, que podem aumentar o risco de quedas.

Os terapeutas ocupacionais foram fundamentais na adaptação do ambiente domiciliar e na modificação das atividades diárias dos idosos para prevenir quedas. Avaliações ambientais e intervenções, como a instalação de barras de apoio, remoção de obstáculos e otimização da iluminação, foram comumente relatadas. Além disso, os terapeutas ocupacionais treinaram os idosos em técnicas seguras para a realização de atividades diárias e no uso de dispositivos assistivos, promovendo a autonomia e reduzindo o risco de quedas. Intervenções educativas direcionadas aos cuidadores também foram identificadas como estratégias eficazes.

A integração das intervenções de fisioterapeutas, médicos e terapeutas ocupacionais demonstrou resultados positivos na redução das quedas e na melhoria da qualidade de vida dos idosos. Programas multidisciplinares que envolveram a colaboração desses profissionais mostraram uma redução significativa na frequência de quedas em comparação com intervenções isoladas. A coordenação e comunicação eficazes entre os profissionais foram destacadas como fatores críticos para o sucesso das intervenções. Estudos que adotaram uma abordagem personalizada e centrada no paciente apresentaram os melhores resultados.

Os resultados indicam que uma abordagem multidisciplinar é essencial para a prevenção eficaz de quedas em idosos. Cada profissional contribui com sua expertise específica, abordando diferentes aspectos do risco de quedas. A combinação de intervenções focadas na melhoria da força e equilíbrio, gestão médica de condições

crônicas e adaptação ambiental oferece uma solução abrangente para este problema complexo. Estudos futuros devem continuar a explorar métodos para otimizar a colaboração multidisciplinar e identificar estratégias personalizadas para diferentes populações idosas.

Estes achados reforçam a importância de um enfoque integrado e coordenado na prevenção de quedas em idosos, sublinhando a necessidade de políticas de saúde que promovam a colaboração interdisciplinar e o treinamento contínuo dos profissionais de saúde envolvidos.

DISCUSSÃO

A presente revisão integrativa destaca a importância de uma abordagem multidisciplinar na prevenção de quedas em idosos, sublinhando o papel essencial dos fisioterapeutas, médicos e terapeutas ocupacionais. Os resultados indicam que a colaboração entre esses profissionais é crucial para abordar os múltiplos fatores de risco associados às quedas e para implementar intervenções eficazes e personalizadas.

Os fisioterapeutas desempenham um papel central na promoção da mobilidade, força e equilíbrio, elementos fundamentais na prevenção de quedas. Programas de exercícios multicomponentes, especificamente desenhados para melhorar essas capacidades, têm se mostrado altamente eficazes. No entanto, a adesão a esses programas ainda representa um desafio significativo. É necessário desenvolver estratégias para aumentar o engajamento dos idosos, como o uso de tecnologias assistivas e a criação de programas comunitários de exercícios supervisionados.

Os médicos contribuem significativamente para a prevenção de quedas ao abordar os fatores de risco médicos. A gestão adequada de medicamentos, especialmente aqueles que afetam o sistema nervoso central, é vital para reduzir o risco de quedas. Além disso, o manejo de condições crônicas, como diabetes e hipertensão, e a correção de déficits sensoriais são intervenções críticas realizadas pelos médicos. A integração de avaliações regulares e ajustes terapêuticos no atendimento de rotina pode melhorar significativamente os resultados na prevenção de quedas.

Os terapeutas ocupacionais focam na adaptação do ambiente domiciliar e na promoção de técnicas seguras para atividades diárias, reduzindo os riscos ambientais e comportamentais que contribuem para quedas. As intervenções ambientais, como a

instalação de barras de apoio e a remoção de obstáculos, são eficazes, mas dependem da aceitação e implementação pelos idosos e seus cuidadores. Programas educacionais para cuidadores e familiares podem aumentar a adesão a essas modificações e melhorar a segurança domiciliar.

A integração das intervenções dos fisioterapeutas, médicos e terapeutas ocupacionais em um programa multidisciplinar coordenado mostrou-se a abordagem mais eficaz para a prevenção de quedas. A comunicação e coordenação eficazes entre esses profissionais são fundamentais para o sucesso das intervenções. Modelos de cuidados integrados, que incluem reuniões regulares de equipe e sistemas de comunicação eficientes, podem facilitar essa colaboração. Além disso, a personalização das intervenções para atender às necessidades individuais dos idosos é essencial para maximizar os benefícios.

Apesar dos resultados promissores, esta revisão identificou algumas lacunas na literatura. A maioria dos estudos foi conduzida em países desenvolvidos, o que limita a generalização dos resultados para outras regiões. Além disso, há uma necessidade de mais estudos que explorem a eficácia de intervenções multidisciplinares em diferentes contextos culturais e socioeconômicos. Futuras pesquisas devem também investigar o impacto de intervenções tecnológicas, como telemedicina e dispositivos de monitoramento remoto, na prevenção de quedas em idosos.

A abordagem multidisciplinar na prevenção de quedas em idosos, envolvendo fisioterapeutas, médicos e terapeutas ocupacionais, é essencial para reduzir a incidência de quedas e melhorar a qualidade de vida dos idosos. A colaboração e comunicação eficazes entre esses profissionais, juntamente com a personalização das intervenções, são fundamentais para o sucesso dessas estratégias. Políticas de saúde devem promover e apoiar modelos de cuidados integrados para otimizar a prevenção de quedas e atender às necessidades complexas da população idosa.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A prevenção de quedas em idosos é um desafio multifacetado que requer uma abordagem integrada e coordenada entre fisioterapeutas, médicos e terapeutas ocupacionais. Esta revisão integrativa demonstrou que a colaboração multidisciplinar é essencial para abordar os diversos fatores de risco associados às quedas,

implementando intervenções eficazes e personalizadas que atendem às necessidades específicas de cada idoso.

Os fisioterapeutas desempenham um papel crítico ao promover a força, equilíbrio e mobilidade através de programas de exercícios específicos, enquanto os médicos são fundamentais na avaliação e manejo de condições de saúde subjacentes e na revisão de medicamentos. Por sua vez, os terapeutas ocupacionais contribuem significativamente ao adaptar o ambiente domiciliar e promover técnicas seguras para a realização das atividades diárias. A integração dessas intervenções em um plano de cuidado holístico mostrou-se eficaz na redução das quedas e na melhoria da qualidade de vida dos idosos.

Para maximizar o impacto das intervenções, é crucial fomentar a adesão dos idosos aos programas propostos. Estratégias que incluam educação continuada, suporte emocional e o uso de tecnologias assistivas podem aumentar o engajamento e a eficácia das intervenções. Além disso, políticas de saúde devem promover a formação e capacitação contínua dos profissionais envolvidos, bem como incentivar a criação de modelos de cuidados integrados que facilitem a comunicação e coordenação entre os membros da equipe multidisciplinar.

Embora os resultados desta revisão sejam promissores, há necessidade de mais pesquisas para explorar a eficácia das intervenções multidisciplinares em diferentes contextos culturais e socioeconômicos. Estudos futuros devem também investigar o impacto de novas tecnologias, como telemedicina e dispositivos de monitoramento remoto, na prevenção de quedas em idosos. A inclusão de populações diversas e a análise de custos e benefícios das intervenções são áreas importantes para futuras investigações.

Em conclusão, uma abordagem multidisciplinar é vital para a prevenção eficaz de quedas em idosos. A colaboração e comunicação entre fisioterapeutas, médicos e terapeutas ocupacionais, aliadas a intervenções personalizadas, são fundamentais para reduzir a incidência de quedas e melhorar a qualidade de vida dos idosos. Políticas de saúde devem apoiar e promover essas práticas colaborativas para atender às necessidades complexas da população idosa e otimizar os resultados na prevenção de quedas.

REFERÊNCIAS

1. GILLESPIE, L.D., Robertson, M.C., Gillespie, W.J., et al. (2012). Interventions for preventing falls in older people living in the community. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, (9), CD007146.
2. SHERRINGTON, C., Tiedemann, A., Fairhall, N., et al. (2011). Exercise to prevent falls in older adults: an updated meta-analysis and best practice recommendations. *New South Wales Public Health Bulletin*, 22(4), 78-83.
3. CAMERON, I.D., Dyer, S.M., Panagoda, C.E., et al. (2018). Interventions for preventing falls in older people in care facilities and hospitals. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, (9), CD005465.
4. STUBBS, B., Brefka, S., Denkinger, M.D. (2015). What works to prevent falls in community-dwelling older adults? Umbrella review of meta-analyses of randomized controlled trials. *Physical Therapy*, 95(8), 1095-1110.
5. MORELAND, J.D., Richardson, J.A., Goldsmith, C.H., et al. (2004). Muscle weakness and falls in older adults: a systematic review and meta-analysis. *Journal of the American Geriatrics Society*, 52(7), 1121-1129.
6. TINETTI, M.E., Baker, D.I., King, M., et al. (2008). Effect of dissemination of evidence in reducing injuries from falls. *The New England Journal of Medicine*, 359(3), 252-261.
7. VIEIRA, E.R., Palmer, R.C., Chaves, P.H. (2016). Prevention of falls in older people living in the community. *BMJ*, 353, i1419.
8. LORD, S.R., Menz, H.B., Sherrington, C. (2006). Home environment risk factors for falls in older people and the efficacy of home modifications. *Age and Ageing*, 35(Suppl 2), ii55-ii59.
9. GANZ, D.A., Bao, Y., Shekelle, P.G., et al. (2007). Will my patient fall? *JAMA*, 297(1), 77-86.
10. BATCHELOR, F.A., Hill, K.D., Mackintosh, S.F., et al. (2010). What works in falls prevention after stroke? A systematic review and meta-analysis. *Stroke*, 41(8), 1715-1722.
11. HOPEWELL, S., Adedire, O., Copsey, B.J., et al. (2018). Multifactorial and multiple component interventions for preventing falls in older people living in the community. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, (7), CD012221.
12. AMBROSE, A.F., Paul, G., Hausdorff, J.M. (2013). Risk factors for falls among older adults: a review of the literature. *Maturitas*, 75(1), 51-61.

13. CHANG, J.T., Morton, S.C., Rubenstein, L.Z., et al. (2004). Interventions for the prevention of falls in older adults: systematic review and meta-analysis of randomized clinical trials. *BMJ*, 328(7441), 680.
14. OLIVEIRA, J.S., Sherrington, C., Amorim, A.B., et al. (2018). What is the effect of health coaching on physical activity participation in people aged 60 years and over? A systematic review of randomised controlled trials. *British Journal of Sports Medicine*, 52(10), 630-641.
15. PIGHILLS, A.C., Ballinger, C., Pickering, R.M., et al. (2011). A critical review of the effectiveness of environmental assessment and modification in the prevention of falls amongst community-dwelling older people. *British Journal of Occupational Therapy*, 74(8), 405-416.
16. MAHONEY, J.E., Shea, T.A., Przybelski, R., et al. (2007). Kenosha County falls prevention study: a randomized, controlled trial of an intermediate-intensity, community-based multifactorial falls intervention. *Journal of the American Geriatrics Society*, 55(4), 489-498.
17. CHASE, C.A., Mann, K., Wasek, S., et al. (2012). Systematic review of the effect of home modification and fall prevention programs on falls and the performance of community-dwelling older adults. *American Journal of Occupational Therapy*, 66(3), 284-291.
18. DAY, L., Fildes, B., Gordon, I., et al. (2002). Randomised factorial trial of falls prevention among older people living in their own homes. *BMJ*, 325(7356), 128.
19. GAWLER, S., Skelton, D.A., Dinan-Young, S., et al. (2016). Reducing falls among older people in general practice: The ProAct65+ exercise intervention trial. *Archives of Gerontology and Geriatrics*, 67, 46-54.
20. LACH, H.W., Noimontree, W., Sheng, H., et al. (2017). Fall prevention among community-dwelling older adults: Current guidelines and older adults' experiences and preferences for exercise programs. *Journal of Aging and Physical Activity*, 25(3), 464-471.