

Ptophobia no cotidiano de pessoas idosas

Ptophobia in the daily life of elderly people

Renan Nunes Aguiar¹

Mônica Cecília Santana Pereira²

Ana Paula Oliveira Borges³

Renan Antônio da Silva⁴

Lilian Cristina Gomes do Nascimento⁵

Resumo: As quedas ocasionam aos idosos alterações na função biopsicossocial, bem como o surgimento da *ptophobia*, sendo necessários programas preventivos e uma equipe multiprofissional com diferentes tipos de intervenções. O objetivo deste estudo é avaliar o medo de quedas de idosos frequentadores de um Centro de Reabilitação. Trata-se de um estudo desenvolvido com 30 idosos que tiveram três formulários para obtenção dos dados. Todos os participantes eram do sexo feminino, com média etária de 67,4 anos, sendo demonstrado no Mini Exame de Estado Mental uma função cognitiva preservada e na Escala Internacional de Eficácia de Quedas maior preocupação com a ocorrência de possíveis quedas. Pode-se constatar que as idosas apresentam elevado medo de cair, sendo, portanto, necessárias abordagens que visem o aprimoramento físico e cognitivo dos idosos.

Palavras-chave: Envelhecimento. Equilíbrio postural. Geriatria.

¹ Mestrando em Promoção de Saúde, Fisioterapeuta e Pedagogo pela Universidade de Franca.

Endereço: Rua Prefeito Ivo Mendes, 411 – Centro. Ibiá/MG. 38950-000. E-mail: renannunesaguiar15@hotmail.com

² Doutora em Promoção de Saúde pela Universidade de Franca. Mestre em Ciência e Tecnologia do Leite e derivados pelo Mestrado Profissional em Ciência e Tecnologia do Leite e derivados da Universidade Federal de Juiz de Fora. Graduação em Farmácia-Bioquímica pela Universidade Federal de Juiz de Fora. E-mail: monicasantanapereira@bol.com.br

³ Doutora em Ciências Médicas pelo departamento de Neurologia da Universidade de São Paulo (USP/Ribeirão Preto). Mestre em Promoção de Saúde pela Universidade de Franca. Fisioterapeuta - Faculdades Integradas de Patrocínio. Docente do curso de Fisioterapia da Universidade de Franca. E-mail: ana.oliveira@unifran.edu.br

⁴ Pós-Doutor pelos seguintes Programas de Pós - Graduação: Educação pela Universidade Federal do Rio Grande do Norte (UFRN), Ciências Sociais pela Universidade Estadual Paulista (UNESP/ Marília), História pela University of Warwick (Reino Unido), Ciências Sociais pela Universidade de Santiago de Compostela (Espanha), Educação pela Universidad de Sevilla (Espanha), Ciências Sociais e do Comportamento pela Universidade da Corua (Espanha), Ciências Sociais pela Universidad de Buenos Aires (Argentina), Antropologia pela Universidade de Évora (Portugal), Psicologia pela Universidad de Tarapacá (Chile), Educação pela Universidad Autónoma de Madrid (Espanha), Educação pela Universidade Estadual Do Sudoeste Da Bahia (UESB), Educação pela Universidade Federal do Pampa (UNIPAMPA). Pesquisador no Departamento de Pesquisa do Centro Universitário do Sul de Minas - UNIS. E-mail: r.silva@unesp.br

⁵ Pós-Doutora e Doutora em Promoção de Saúde pela Universidade de Franca. Mestre em Educação Física e Fisioterapeuta pela Universidade Federal do Triângulo Mineiro. Docente do Programa de Mestrado e Doutorado em Promoção de Saúde e do curso de Fisioterapia da Universidade de Franca. E-mail: liliangomes@hotmail.com.br

Abstract: Falls cause changes in the biopsychosocial function of the elderly, as well as the appearance of *ptophobia*, requiring preventive programs and a multiprofessional team with different types of interventions. The objective of this study is to evaluate the fear of falls of elderly people attending a Rehabilitation Center. It is a study developed with 30 elderly people who filled out three forms for data obtention. All participants were female, with an average age of 67.4 years, who demonstrated a preserved cognitive function in the Mini Mental State Exam and greater concern about the occurrence of possible falls in the Falls Efficacy Scale - International. It can be seen that the elderly women show great fear of falling, and approaches that aim at the physical and cognitive improvement of the elderly are therefore necessary.

Keywords: Aging. Postural balance. Geriatrics.

Introdução

As relações humanas formam a base da estrutura social, sendo o fator determinante de como o sujeito deve se portar para contribuir ativamente para a sociedade e para o seu processo de envelhecimento (SANTOS; SILVA; LIMA, 2018). As manifestações naturais do envelhecimento afetam o organismo como um todo, acarretando alterações biológicas, psicológicas e funcionais (KEMPEN *et al.*, 2020), desencadeando uma redução das aptidões físicas, das capacidades funcionais e nas capacidades fisiológicas, o que pode gerar a ocorrência de déficits cognitivos, diminuição de respostas sensoriais, dos reflexos e dos níveis de concentração (FERREIRA *et al.*, 2016).

Para atenuar os riscos decorrentes do envelhecimento em detrimento de todas essas alterações, torna-se necessária a atuação de uma equipe de saúde multiprofissional, sendo ainda necessário que os idosos também obtenham um preparo para lidar com as especificidades dessa fase da vida (KEMPEN *et al.*, 2020). Entre as distintas peculiaridades presentes no cotidiano do idoso, o risco de quedas é uma dessas. Devido à sua alta incidência em idosos, esse episódio é atualmente considerado como uma “síndrome geriátrica” (LIMA; CAMPOS, 2011).

A queda possui características multifatoriais, correspondendo a diversos fatores de risco. De maneira geral pode ser entendida como um evento inesperado, em que a pessoa termina a ocorrência do seu movimento em um nível inferior ao inicial ou até mesmo ocorrendo o contato com o solo. É importante salientar que os programas preventivos possuem uma equipe multiprofissional e diferentes tipos de métodos de intervenção (KYRDALEN *et al.*, 2019).

Diversos fatores influenciam a ocorrência de episódios de queda. Esses episódios podem ser divididos em intrínsecos, ocasionados por alterações nos sistemas que compõem o equilíbrio, tais como tumores, artroses, patologias crônicas e alterações anatômicas; e extrínsecos, cuja instabilidade pode ser acarretada pelos aspectos como irregularidade do solo, tapetes, escadas, falta de iluminação adequada e medicações (LOPES *et al.*, 2019).

Cerca de 29% dos idosos terão uma queda ao ano, sendo as quedas responsáveis por 70% da mortalidade dessa população. Estima-se que no Brasil 85% das queixas de quedas estão diretamente ligadas ao desequilíbrio (AIKAWA; BRACCIALLI; PADULA, 2012). A ocorrência dessas queixas se encontra atrelada ao medo de cair, estando vinculadas à redução da capacidade de resposta rápida, à realização de atividades de vida diária e à mobilidade física (SANTOS *et al.*, 2019).

O medo de quedas é denominado como *ptophobia* que é descrita como consequências ou sequelas psicológicas e comportamentais advindas da ocorrência de algum evento de quedas (GHAFARI-RAFI *et al.*, 2019). Essas quedas acarretam às pessoas idosas alterações na função psicossocial por ocasionar restrição no convívio social, bem como redução de sua percepção do estado de saúde e declínio cognitivo progressivo (PENA *et al.*, 2019). A *ptophobia* possui incidência de 20% a 85% em idosos não institucionalizados, e seu reconhecimento quanto um tipo de fobia específica tem ocasionado reflexões sobre os mecanismos que possuem associação com a sua ocorrência (CHOI; JEON; CHO, 2017).

É essencial que ocorra estímulos que favoreçam a manutenção do envelhecimento saudável e melhoria da autonomia desses idosos, possuindo como mediadores os profissionais da saúde, os familiares e, o mais importante, o idoso para que o mesmo colabore com o seu autocuidado (SUARDANA; YUSUF; PURNOMO, 2018). Os profissionais da saúde possuem um papel fundamental como agentes de transformação da sociedade e podem desempenhar um papel essencial para a inclusão dos idosos em atividades de educação em saúde e em grupos de convivência (ALMEIDA; BASTOS, 2017).

Assim, frente às consequências que as quedas acarretam aos idosos, esse trabalho visa avaliar o medo de quedas de idosos frequentadores de um Centro de Reabilitação.

Métodos

O estudo teve seu início após a aprovação do Comitê de Ética e Pesquisa da Universidade de Franca sob o número do parecer 3.558.405. Trata-se de um estudo com metodologia do tipo transversal, prospectiva, de caráter intervencionista e abordagem quantitativa (LIMA; CAMPOS, 2011), realizado em um Centro de

Reabilitação no município de Sacramento, estado de Minas Gerais, Brasil. Esse Centro de Reabilitação possui uma equipe multidisciplinar composta de Acupunturistas, Enfermeiros, Fisioterapeutas, Médicos, Nutricionistas e Psicólogos.

Os participantes foram convidados a participar da presente pesquisa, por meio de divulgações de folders, anúncios na rádio local, nas redes sociais e também por uma abordagem presencial. Os critérios de inclusão foram: possuir idade superior a 60 anos, ambos os sexos, serem moradores da cidade, serem frequentadores do Centro de Reabilitação, possuírem escores mínimos no Mini Exame do Estado Mental de 24 ou mais e consentir em participar da pesquisa assinando o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). Como critérios de exclusão foram idosos com disfunção grave em membros inferiores, doenças neurológicas, indivíduos com alterações visuais sem correções ou que os impossibilitem de enxergar, transtornos cognitivos graves, distúrbios musculoesqueléticos e de biomecânica.

Compareceram ao Centro de Reabilitação 89 pessoas voluntárias que possuíam interesse em participar da pesquisa. Após a aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, a casuística foi constituída de 30 participantes elegíveis.

Inicialmente, para obtenção dos dados, foi aplicado um questionário elaborado pelo pesquisador responsável com perguntas acerca de questões sociodemográficas como idade, ingestão de bebidas alcoólicas, fumante, quedas no último ano, tipos de medicamentos em uso e uma questão acerca de quais profissionais do Centro de Reabilitação o acompanhavam.

Para descarte de possíveis demências foi aplicado o Mini Exame do Estado Mental (MEEM). Consiste de um instrumento adaptado e validado que possui a finalidade de avaliar a memória, as respostas vocais, orientação, linguagem e a atenção dos participantes. O MEEM possui um escore final máximo de 30 pontos, cujo determinado resultado é inerente a uma determinada interpretação. Os escores de 26 a 30 pontos referem-se a uma função cognitiva preservada/normal; de 24 a 25 pontos o participante pode apresentar alterações leves de cognição; pontuações de 23 ou menos é sugestivo que o participante possa apresentar algum déficit cognitivo (FOLSTEIN; FOLSTEIN; MCHUGH, 1975; BRUCKI *et al.*, 2003).

Para avaliação do medo de quedas dos idosos foi aplicado a Escala Internacional de Eficácia de Quedas (FES-I-Brasil), que é uma escala adaptada, traduzida e validada por Camargos *et al.* (2010). É um instrumento que avalia a percepção do participante em relação ao seu medo de quedas durante a realização das atividades básicas de vida diária. Apresenta questões referentes à precaução da possibilidade de quedas em 16 atividades distintas, seus escores podem variar de 1 a 4 (1: Não estou preocupado; 2: Um pouco preocupado; 3: Moderadamente preocupado; e 4: Muito preocupado). Uma pontuação total de ≤ 23 pontos sugere que o idoso se

sente menos preocupado com o risco de quedas e ≥ 31 pontos que o mesmo possui maior preocupação com quedas (TAGUCHI *et al.*, 2016).

Os dados coletados foram tabulados em uma planilha, utilizando o Software Microsoft Excel, analisados e interpretados pelos critérios apresentados na validação dos instrumentos e apresentados por meio de uma análise estatística descritiva.

Resultados

Todos os participantes deste estudo eram do sexo feminino, com uma idade média de $67,4 \pm 6,69$ anos, sendo que a mais nova possuía 60 anos e a mais idosa tinha 84 anos. Dessas, 73% referiram não ingerir bebidas alcoólicas, 6% bebiam socialmente e 20% consumiam todos os dias. A respeito do tabagismo 83% relataram não serem fumantes e 16% que realizavam o uso do cigarro. Sobre as quedas, 46% advertiram que não tiveram quedas no último ano, 16% que tiveram uma queda, 20% duas quedas e 16% três quedas.

As participantes recebiam atendimento de, no mínimo, um profissional do Centro de Reabilitação, sendo que todas realizavam acompanhamento médico e psicológico periodicamente; 60% eram atendidas pelo Acupunturista; 73% pelo Fisioterapeuta e 23% pelo Nutricionista. Outro fator observado foi que a maioria das participantes (60%) faziam uso contínuo de anti-hipertensivo; 26% de anti-dislipidêmico; 20% anti-depressivo e 20% relataram não fazer uso de nenhuma medicação. Esses dados podem ser encontrados e melhor visualizados na Tabela 1.

Tabela 1. Perfil sociodemográfico (n = 30)

Idade (anos)	Média	DP	Moda	Mínimo	Máximo
	67,4	6,69	63	60	84
			Participantes (n)	Porcentagem (%)	
Ingestão de bebidas alcoólicas	Não		22	73,33	
	Socialmente		02	6,67	
	Todos os dias		06	20,00	
Fumante	Não		25	83,33	
	Sim		05	16,67	
Quedas no último ano	Nenhuma		14	46,66	
	Uma queda		05	16,67	
	Duas quedas		06	20,00	
	Três quedas		05	16,67	
Acompanhamento com profissionais	Acupunturistas		18	60,00	
	Fisioterapeutas		22	73,33	
	Médicos		30	100,00	
	Nutricionistas		07	23,33	
	Psicólogos		30	100,00	
Tipos de medicamentos em uso	Nenhum		06	20,00	
	Anti-hipertensivos		18	60,00	
	Anti-dislipidêmicos		08	26,67	
	Anti-depressivos		06	20,00	

Legenda: DP= Desvio Padrão.

Fonte: Elaboração própria.

A média da pontuação final do MEEM foi de $27,6 \pm 1,79$ pontos, sendo que o escore com maior reincidência foi o 27, o menor 24 e o maior 30. Já a média do FES-I-Brasil foi de $35,8 \pm 14,09$ pontos, com recorrência do escore 16, com o mínimo de 16 e o máximo 58. Na tabela 2, estão expressos os dados referentes ao MEEM e ao FES-I-Brasil.

Tabela 2. Escores MEEM e FES-I-Brasil (n=30)

	Média	DP	Moda	Mínimo	Máximo
MEEM	27,60	1,79	27	24	30
FES-I-Brasil	35,83	14,09	16	16	58

Legenda: MEEM= Mini Exame do Estado Mental; FES-I-Brasil= Escala Internacional de Eficácia de Quedas; DP= Desvio Padrão.

Fonte: Elaboração própria

Discussão

Neste estudo ocorreu somente participação de voluntários do sexo feminino, mesmo o convite sendo realizado para pessoas de ambos os sexos. As participantes tinham faixa etária de $67,4 \pm 6,69$ anos com predomínio de pessoas com idade de 63 anos. Estudos abordam que é comum a alta prevalência de pessoas do sexo feminino em pesquisas científicas, pois as mesmas estão mais presentes nos serviços de saúde (MORAES *et al.*, 2020; GARCIA *et al.*, 2016).

Foi possível observar que 73% dos idosos relataram não ingerir bebidas alcoólicas e 20% disseram fazer consumo de bebidas alcoólicas todos os dias. Já no uso de tabaco 83% expuseram não serem fumantes, sendo que apenas 16% fumavam. Os baixos índices de consumo de bebidas alcoólicas e de tabaco se deve que muitos idosos realizam uso de medicamentos que podem provocar interações medicamentosas, além de diminuir a densidade nutricional do corpo (CORDEIRO; SILVA; SILVA, 2019). Além de que substâncias psicoativas desenvolvem maior predisposição à depressão, à ansiedade e à dependência, pois diversos mecanismos se encontram alterados após a utilização de bebidas alcoólicas e do tabaco, podendo modificar a atividade neural (CHENG *et al.*, 2016).

A respeito das quedas no último ano, 46% das participantes não tiveram nenhuma queda; em contrapartida 52% relataram ter tido ao menos uma (16% uma queda, 20% duas quedas e 16% três quedas). Ao analisar a incidência de quedas é observado que essas possuem como característica a ocorrência dentro de casa por algum tropeço ou escorregão, sendo necessário que os idosos desenvolvam um maior controle postural para evitar as quedas, com um bom desenvolvimento físico e cognitivo (SILVA *et al.*, 2019).

Controle postural é definido como o controle da posição do corpo no espaço, a fim de manter a posição durante atividade estática ou dinâmica. Esse controle tem o

objetivo duplo de estabilidade e orientação (TORRES-OVIEDO; TING, 2010). Para realizar essas funções, o sistema de controle postural necessita de informações sensoriais sobre as posições relativas dos segmentos do corpo em relação à força da gravidade ou outra força externa, além de informações sobre o ambiente. Essas informações sensoriais são levadas ao SNC e integradas ao sistema motor para reproduzir os movimentos corporais (WOLLESEN *et al.*, 2019).

Uma visão mais sistêmica dos mecanismos envolvidos no controle postural enfatiza a múltipla organização e interação neural, sendo que o controle postural emerge da interação entre indivíduo, tarefa e ambiente, e não deve ser mais visto como simples resposta reativa a um estímulo sensorial, e sim como uma habilidade baseada na experiência, intenção e adaptação (WOLLESEN; VOELCKER-REHAGE, 2019).

Todas as participantes possuíam acompanhamento com profissionais do Centro de Reabilitação, sendo que 60% realizavam acompanhamento com Acupunturista, 73% com Fisioterapeuta, 23% com Nutricionista e todas com acompanhamento Médico e Psicológico. Em um estudo prévio por meio de revisão sistemática que reuniu 11 documentos, cinco abordavam o acompanhamento de uma equipe multidisciplinar e seis somente um tipo de atendimento isolado, evidenciou que uma abordagem multidisciplinar visando à função física se mostrou significativamente melhor quando comparado a atendimentos isolados. Para os quesitos cognitivos e sociais a equipe multidisciplinar mostrou pouco efeito, observando que pesquisas sobre os efeitos de intervenções baseadas em equipes multidisciplinares são insuficientes e inconclusivas por apresentarem pequenas amostras e altos vieses (HELOU *et al.*, 2016).

Entretanto, no estudo de Tan *et al.* (2020) os autores relatam que a equipe multidisciplinar favorece ganho de confiança aos pacientes que a ela são submetidos, propiciando sucesso nos tratamentos em comparação a pacientes que tiveram atendimentos isolados; perceberam que os pacientes que tiveram a abordagem multidisciplinar se desenvolveram mais, acarretando maior índice de sucesso no tratamento de comorbidades. Apesar de ainda não possuir consenso científico sobre a eficácia da equipe multidisciplinar, o acompanhamento por diversos profissionais é oferecido no Centro de Reabilitação para pessoas que se demonstrarem interessadas.

É possível notar que apenas 20% das idosas deste estudo não realizam uso de medicação, enquanto das 30 participantes 24 fazem uso de ao menos um medicamento. Devido a questões culturais os idosos possuem facilidade em aderir ao tratamento medicamentoso do que cumprir prescrições que exijam mudanças comportamentais e de estilo de vida. Sendo que a combinação realizada pelo tratamento não farmacológico e farmacológico auxilia de forma positiva na estabilização ou até mesmo a melhora do quadro, com condutas realizadas por uma equipe de vários profissionais que possam

interferir positivamente na vida do indivíduo, sendo esta prática recomendada por diretrizes internacionais e nacionais (MASNOON *et al.*, 2017).

Sob a perspectiva crítica do exposto e ao fato de que a maioria das participantes faz uso de medicamentos, verifica-se a necessidade de difundir a importância do acompanhamento farmacoterapêutico, já que esta é uma etapa fundamental para a promoção do uso correto dos medicamentos. Ademais, faz-se necessário a conscientização das participantes e de seus familiares referente à grande importância da necessidade da adesão ao tratamento não farmacológico, para que assim se possa tornar o tratamento mais efetivo e seguro, já que ambos têm relação direta com os diversos fatores associados ao prognóstico de cada indivíduo (MANCIA *et al.*, 2013).

Referente ao escore do MEEM, as participantes tiveram um resultado médio entre elas de $27,6 \pm 1,79$ o que é sugestivo de uma função cognitiva preservada. Nem todas as funções cognitivas são afetadas do mesmo modo pelo envelhecimento, sendo que as mais vulneráveis nesse processo são a memória episódica, a de trabalho, a atenção, as funções executivas e a inteligência fluida, pois no envelhecimento natural se evidencia a atrofia dos lobos frontais e prejuízo no desempenho de funções ligadas à atenção, à memória de trabalho e à velocidade de processamento. O idoso apresenta maior dificuldade em concentrar-se em informações importantes e em inibir informações irrelevantes. Dessa maneira, torna-se mais suscetível a distrações e dificuldade em realizar tarefas simultaneamente, como aquelas que exigem a atenção dividida. Porém, ainda que essas mudanças existam, não alteram a autonomia do idoso, necessitando apenas de adaptações na sua rotina (FALBO *et al.*, 2016), possuindo, assim, a necessidade de aplicação do MEEM como caracterizador das participantes para não inclusão de sugestivos déficits cognitivos.

Alguns autores têm mostrado a importância da função cognitiva, especialmente a atenção, como um fator relevante na manutenção do equilíbrio. Entende-se por função cognitiva as fases do processo de informação, como percepção, aprendizagem, memória, atenção, vigilância, raciocínio, tomada de decisões, solução de problemas, linguagem e formação de estruturas complexas do conhecimento. Além disso, o funcionamento psicomotor (tempo de reação, tempo de movimento, velocidade de desempenho) tem sido incluído neste conceito. Os recursos atencionais são importantes na manutenção postural para seleção de informação sensorial adequada (vestibular, somatossensorial ou visual) em situações de conflito sensorial e o córtex parietal está intimamente relacionado ao controle da orientação da atenção inconsciente e à representação espacial do corpo (MORAES; MORAES e LIMA, 2010).

Verificou-se no FES-I-Brasil que as participantes tiveram escores médios de $35,8 \pm 14,09$, o que sugere maior preocupação com a ocorrência de possíveis quedas, sendo que o escore mais alto foi o 58, e o menor e o de maior incidência foi o 16.

Alguns estudos colaboram com os resultados aqui apresentados, afirmando que o medo de possíveis quedas é recorrente, apontando que a *ptophobia* está associada a futuras quedas, principalmente em idosos com idade avançada (ALLALI *et al.*, 2017).

Palião *et al.* (2017) realizaram um estudo com 41 participantes na faixa etária de 60 anos a 83 anos, sendo aplicado em seu estudo a FES-I-Brasil, que constatou que 97,56% dos participantes possuíam a *ptophobia*. Vieira *et al.* (2019) também utilizaram a FES-I-Brasil, realizando um relato de caso com idosos de uma Instituição de Longa Permanência, com média de idades de $78,8 \pm 9,4$ anos. Desses idosos avaliados 50% relataram quedas no último ano e 30% relataram que adquiriram repercussões funcionais devido à queda e a FES-I-Brasil obteve um escore de $29 \pm 8,3$ pontos, demonstrando o alto nível de preocupação dos idosos com as quedas.

Apesar do histórico de quedas das participantes da presente pesquisa ser de 52%, a análise dos achados da FES-I-Brasil demonstra que o medo de quedas, ocasional ou recorrente, se encontra elevada ($35,8 \pm 14,09$). Esse medo de cair, no idoso, causa repercussões negativas, tanto para o bem-estar físico como para o emocional. Além disso, lidar com o medo diário influencia no desencadeamento da perda do grau de independência e da capacidade de realizar atividades do dia a dia, como por exemplo, atividades físicas e sociais, provocando auto fragilidade e também ocasionando o sedentarismo (MARTINS *et al.*, 2018).

Considerações finais

Foi possível observar que as participantes tinham a *ptophobia* presente e com apreensão de possíveis ocorrências de quedas. Frente a isso se destaca a necessidade de intervenções que possam beneficiar os idosos para a superação dessa fobia, seja por intervenções isoladas ou por meio de uma abordagem multidisciplinar, na qual, cada profissional, de acordo com sua formação, pode contribuir com ações estratégicas que visem à melhoria de diversos aspectos da saúde do idoso, devolvendo a autonomia e independência para atividades simples como as do dia a dia, a fim de diminuir o risco e o medo de quedas desses indivíduos.

Referências

AIKAWA, Adriana Correia; BRACCIALLI, Ligia Maria Presumido; PADULA, Rosimeire Simprini. Efeitos das alterações posturais e de equilíbrio estático nas quedas de idosos institucionalizados. **Revista de Ciências Médicas**, v. 15, n. 3, p. 189-196, 2012. Disponível em: < <http://periodicos.puc-campinas.edu.br/seer/index.php/cienciasmedicas/article/view/1109/1084>>. Acesso em: 02 set. 2020.

ALLALI, Gilles; AYERS, Emmeline; HOLTZER, Roe; VERGHESE, Joe. The role of postural instability/gait difficulty and fear of falling in predicting falls in non-demented older adults. **Archives of Gerontology and Geriatrics**, v. 69, n. 1, p. 15-20, 2017. Disponível em: <<https://doi.org/10.1016/j.archger.2016.09.008>>. Acesso em: 02 set. 2020.

ALMEIDA, Luciane; BASTOS, Paulo Roberto Haidamus de Oliveira. Autocuidado do Idoso: revisão sistemática da literatura. **Revista Espacios**, v. 38, n. 28, p. 01-10, 2017. Disponível em: <<http://www.revistaespacios.com/a17v38n28/a17v38n28p03.pdf>>. Acesso em: 02 set. 2020.

BRUCKI, Sonia; NITRINI, Ricardo; CARAMELLI, Paulo; BERTOLUCCI, Paulo; OKAMOTO, Ivan. Sugestões para o uso do mini-exame do estado mental no Brasil. **Arquivos de Neuro-Psiquiatria**, v. 61, n. 3B, p. 777-781, 2003. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S0004-282X2003000500014>>. Acesso em: 02 set. 2020.

CAMARGOS, Flávia; DIAS, Rosângela; DIAS, João; FREIRE, Maria. Cross-cultural adaptation and evaluation of the psychometric properties of the Falls Efficacy Scale - International Among Elderly Brazilians (FES-I-BRAZIL). **Revista Brasileira de Fisioterapia**, v. 14, n. 3, p. 237-243, 2010. Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.1590/S1413-35552010000300010>>. Acesso em: 02 set. 2020.

CHENG, Hui; CHEN, Shengnan; MCBRIDE, Orla; PHILLIPS, Michael. Prospective relationship of depressive symptoms, drinking, and tobacco smoking among middle-aged and elderly community-dwelling adults: Results from the China Health and Retirement Longitudinal Study (CHARLS). **Journal of Affective Disorders**, v. 195, n. 1, p. 136-143, 2016. Disponível em: <<https://doi.org/10.1016/j.jad.2016.02.023>>. Acesso em: 02 set. 2020.

CHOI, Kyungwon; JEON, Gyeong-Suk; CHO, Sung-il. Prospective study on the impact of fear of falling on functional decline among community dwelling elderly women. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v. 14, n. 5, p. 01-11, 2017. Disponível em: <<https://doi.org/10.3390/ijerph14050469>>. Acesso em: 02 set. 2020.

CORDEIRO, Eliana Lessa; SILVA, Tânia Maria da; SILVA, Liniker Scolfield Rodrigues da; CORDEIRO, Gleyce Maria Borges; RAMOS, Lazaro Luiz Dos; CARVALHO, Natalice Maria Da Silva. Habits of life give youth and their reflections in the elderly: the elderly population of a long-term institution (ILP). **International Journal of Family & Community Medicine**, v. 3, n. 1, p. 05-10, 2019. Disponível em:

<https://www.researchgate.net/profile/Liniker_Silva2/publication/330929815_Habits_of_life_give_youth_and_their_reflections_in_the_elderly_the_elderly_population_of_a_long-term_institution_ILP/links/5c66bb9845851582c3eae204/Habits-of-life-give-youth-and-their-reflections-in-the-elderly-the-elderly-population-of-a-long-term-institution-ILP.pdf> Acesso em: 02 set. 2020.

FALBO, S.; CONDELLO, G.; CAPRANICA, L.; FORTE, R.; PESCE, C. Effects of Physical-Cognitive Dual Task Training on Executive Function and Gait Performance in Older Adults: A Randomized Controlled Trial. **BioMed Research International**, v. 2016, n. 1, p. 01-12, 2016. Disponível em: <<https://doi.org/10.1155/2016/5812092>>. Acesso em: 02 set. 2020.

FERREIRA, O. G. L.; MACIEL, S. C.; SILVA, A. O.; SANTOS, W. S.; MOREIRA, M. A. S. P. O envelhecimento ativo sob o olhar de idosos funcionalmente independentes. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, São Paulo, v. 44, n. 4, p. 1065-1069, 2010. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S0080-62342010000400030>>. Acesso em: 15 set. 2020.

FOLSTEIN, Marshal; FOLSTEIN, Susan; MCHUGH, Paul. "Mini-mental state": a practical method for grading the cognitive state of patients for the clinician. **Journal of Psychiatric Research**, v. 12, n. 3, p. 189-198, 1975. Disponível em: <[https://doi.org/10.1016/0022-3956\(75\)90026-6](https://doi.org/10.1016/0022-3956(75)90026-6)>. Acesso em: 02 set. 2020.

GARCIA, Joice dos Santos; CIAPPINA, Pâmela Caterine; PEREIRA, Elaine Cristina Alves; TEODORO, Elaine Cristina Martinez; PEREIRA, Wendry Maria Paixão. Avaliação da Autonomia Funcional do Idoso Ativo. *Revista Ciências da Saúde*, v. 1, n. 1, p. 51-60, 2016. Disponível em: <<https://pdfs.semanticscholar.org/e05b/0db03ac08b93967308b8112f190309d331fb.pdf>> Acesso em: 02 set. 2020.

GHAFFARI-RAFI, Arash; HORAK, Richard; MILES, Daniel; EUM, Ki Suk; JAHANMIR, Jay. Case report on fear of falling syndrome: a debilitating but curable gait disorder. **The American Journal of Case Reports**, v. 20, n. 1, p. 1587-1591, 2019. Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.12659/AJCR.918879>>. Acesso em: 02 set. 2020.

HELOU, Nancy; TALHOUEDEC, Dominique; SHAHA, Maya; ZANCHI, Anne. O impacto de um programa de gerenciamento de autocuidado multidisciplinar na qualidade de vida, autocuidado, adesão à terapia anti-hipertensiva, controle glicêmico e função renal na doença renal diabética: Um Protocolo de Estudo Cross-over. **BMC Nephrology**, v. 17, n. 1, p. 01-10, 2016. Disponível em: <<https://doi.org/10.1186/s12882-016-0279-6>>. Acesso em: 02 set. 2020.

KEMPEN, Thomas Gerardus Hendrik; KÄLVEMARK, Amanda; SAWIRES, Maria; STEWART, Derek; GILLESPIE, Ulrika. Facilitators and barriers for performing comprehensive medication reviews and follow-up by multiprofessional teams in older hospitalised patients. **European Journal of Clinical Pharmacology**, v. 76, n. 1, p. 775-784, 2020. Disponível em: <<https://doi.org/10.1007/s00228-020-02846-8>>. Acesso em: 02 set. 2020.

KYRDALEN, Ingebjørg Lavrantsdatter; THINGSTAD, Pernille; SANDVIK, Leiv; ORMSTAD, Heidi. Associations between gait speed and well-known fall risk factors among community-dwelling older adults. **Physiotherapy Research International**, v. 24, n. 1, p. 01-06, 2019. Disponível em: <<https://doi.org/10.1002/pri.1743>>. Acesso em: 02 set. 2020.

LIMA, Rogério Silva; Campos, Maria Luíza Pesse. Perfil do idoso vítima de trauma atendido em uma unidade de urgência e emergência. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, v. 45, n. 3, p. 659-664, 2011. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S0080-62342011000300016>>. Acesso em: 02 set. 2020.

LOPES, Danielle de Freitas; SANTOS, Silas Dias dos; SOUZA, Simone Aparecida Noronha de; SILVA, Erci Gaspar da; SANTOS, Walquiria Lene dos. Fatores relacionados a quedas em idosos. **Revista de Iniciação Científica e Extensão**, v. 2, n. 3, p. 131-138, 2019. Disponível em: <<https://revistasfasesenaaires.com.br/index.php/iniciacao-cientifica/article/view/247/187>> Acesso em: 02 set. 2020.

MANCIA, Giuseppe; FAGARD, Robert; NARKIEWICZ, Krzysztof; REDON, Josep; ZANCHETTI, Alberto; BÖHM, Michael; CHRISTIAENS, Thierry; CIFKOVA, Renata; BACKER, Guy de; DOMINICZAK, Anna; GALDERISI, Maurizio; GROBBEE, Diederick; JAARSMAN, Tiny; KIRCHHOF, Paulus; KJELDSEN, Sverre; LAURENT, Stéphane; MANOLIS, Athanasios; NILSSON, Peter; RUILOPE, Luis Miguel; SCHMIEDER, Roland; SIRNES, Per Anton; SLEIGHT, Peter; VIIGIMAA, Margus; WAEBER, Bernard; ZANNAD, Faiez. ESH/ESC Guidelines for the management of arterial hypertension: the Task Force for the management of arterial hypertension of the European Society of Hypertension (ESH) and of the European Society of Cardiology (ESC). **Blood Pressure**, v. 22, n. 4, p. 193-278, 2013. Disponível em: <<https://doi.org/10.3109/08037051.2013.812549>> Acesso em: 02 set. 2020.

MARTINS, Anabela Correia; MOREIRA, Juliana; SILVA, Catarina; SILVA, Joana; TONELO, Cláudia; BALTAZAR, Daniela; ROCHA, Clara; PEREIRA, Telmo; SOUSA, Inês. Multifactorial screening tool for determining fall risk in community-dwelling adults aged 50 years or over (FallSensing): Protocol for a prospective study. **JMIR Research Protocols**, v. 7, n. 8, p. 126-141, 2018. Disponível em: <<https://doi.org/10.2196/10304>>. Acesso em: 02 set. 2020.

MASNOON, Nashwa; SHAKIB, Sepehr; KALISCH-ELLETT, Lisa; CAUGHEY, Gillian. What is polypharmacy? A systematic review of definitions. **BMC Geriatrics**, v. 17, n. 1, p. 01-10, 2017. Disponível em: <<https://doi.org/10.1186/s12877-017-0621-2>>. Acesso em: 02 set. 2020.

MORAES, Edgar Nunes; MORAES, Flávia Lanna; LIMA, S. D. P. P. Características biológicas e psicológicas do envelhecimento. **Revista Medicina Minas Gerais**, v. 20, n. 1, p. 67-73, 2010. Disponível em: <http://www.observatorionacionaldoidoso.fiocruz.br/biblioteca/_artigos/197.pdf> Acesso em: 02 set. 2020.

MORAES, Mauricio Azevedo de; BRECH, Guilherme Carlos; ALONSO, Angelica Castilho; LIMA, Adriana Machado Saldiba de. Qual o impacto do medo de cair na capacidade funcional e qualidade de vida de idosos de um centro de reabilitação de fisioterapia da cidade de Mogi das Cruzes, SP, Brasil. **Revista Kairós-Gerontologia**, v. 23, n. 2, p. 57-75, 2020. Disponível em: <<https://doi.org/10.23925/2176-901X.2020v23i2p57-75>>. Acesso em: 02 set. 2020.

PALIÃO, Alice Aparecida; SILVA, Luiz Guilherme Rodrigues; FERREIRA, Monica Beatriz; DANDE, Juliano Vilela. A prevalência do medo de quedas em idosos matriculados no projeto unis sênior – Varginha - MG. **Repositório da Fundação de Ensino e Pesquisa do Sul de Minas**, p. 01-20, 2017. Disponível em: <<http://repositorio.unis.edu.br/bitstream/prefix/1136/1/ARTIGO%20ALICE.pdf>> Acesso em: 02 set. 2020.

PENA, Silvana Barbosa; GUIMARÃES, Heloísa Cristina Quatrini Carvalho Passos; LOPES, Juliana Lima; GUANDALINI, Lidia Santiago; TAMINATO, Mônica; BARBOSA, Dulce Aparecida; BARROS, Alba Lúcia Bottura Leite de. Medo de cair e o risco de queda: revisão sistemática e metanálise. **Acta Paulista de Enfermagem**, v. 32, n. 4, p. 456-463, 2019. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/1982-0194201900062>>. Acesso em: 02 set. 2020.

SANTOS, Jéssica Dellalibera dos; CACHIONI, Meire; YASSUDA, Mônica; MELO, Ruth de; FALCÃO, Deusivânia; NERI, Anita; BATISTONI, Samila. Participação

social de idosos: associações com saúde, mobilidade e propósito de vida. **Psicologia, Saúde & Doenças**, v. 20, n. 2, p. 367-383, 2019. Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.15309/19psd200208>>. Acesso em: 02 set. 2020.

SANTOS, Ludmilla Maria Lima; SILVA, Maria Jaciara da; LIMA, Conceição Maria Dias de. Memórias da comunidade: da construção cultural ao desenvolvimento territorial. **Diversitas Journal**, v. 3, n. 3, p. 877-888, 2018. Disponível em: <<https://doi.org/10.17648/diversitas-journal-v3i3.688>>. Acesso em: 02 set. 2020.

SILVA, Letícia Pophal da; PEIXOTO, Ana Paula Stadnik; MARTINS, Ilce Cristine Silva; LIBERATO, Kely Cristina; CAMILO, Rafaela; MOREIRA, Natália Boneti. Quedas em idosos: aspectos perceptuais sobre o risco de quedas e medo de cair. **Revista Kairós-Gerontologia**, v. 22, n. 3, p. 369-383, 2019. Disponível em: <<https://doi.org/10.23925/2176-901X.2019v22i3p369-383>>. Acesso em: 02 set. 2020.

SUARDANA, Wayan; YUSUF, Ah; PURNOMO, Windhu. Self-help group therapy: The enhancement of self-care ability and quality of life among the elderly in Bali, Indonesia. **Indian Journal of Public Health Research & Development**, v. 9, n. 11, p. 1757-1761, 2018. Disponível em: <<https://doi.org/10.5958/0976-5506.2018.01698.4>>. Acesso em: 02 set. 2020.

TAGUCHI, Carlos Kazuo; SANTOS, Thassya Fernanda Oliveira; NASCIMENTO, Rafael Santos; SILVA, Allan Robert; RAPOSO, Oscar Felipe Falcão; TEIXEIRA, Jacqueline Pitanga. Eficácia de programa de prevenção de quedas em idosos. **Distúrbios da Comunicação**, v. 28, n. 2, p. 286-294, 2016. Disponível em: <<https://revistas.pucsp.br/dic/article/view/24714/20141>>. Acesso em: 02 set. 2020.

TAN, Hon Qin Marcus; CHIN, Yip Han; NG, Cheng Han; LIOW, Yiyang; DEVI, Kamala; KHOO, Chin Meng; GOH, Lay Hoon. Multidisciplinary team approach to diabetes. An outlook on providers' and patients' perspectives. **Primary Care Diabetes**, p. 01-07, 2020. Disponível em: <<https://doi.org/10.1016/j.pcd.2020.05.012>>. Acesso em: 02 set. 2020.

TORRES-OVIEDO, Gelsy; TING, Lena H. Subject-specific muscle synergies in human balance control are consistent across different biomechanical contexts. **Journal of neurophysiology**, v. 103, n. 6, p. 3084-3098, 2010. Disponível em: <<https://doi.org/10.1152/jn.00960.2009>> Acessado em 01 de setembro de 2020.

VIEIRA, Gláucia Cópico; CARDOSO, Gabriela Valentim; BARROS, Ariane Aparecida Almeida; CUNHA, Ana Caroline Muzi; DELGADO, Ana Carolina Machado. Avaliação do medo de cair e da velocidade da marcha em idosos residentes em uma instituição de longa permanência: relato de experiência. **HU Revista**, v. 45, n. 2, p. 227-230, 2019. Disponível em: <<https://doi.org/10.34019/1982-8047.2019.v45.25920>>. Acesso em: 02 set. 2020.

WOLLESEN, Bettina; VOELCKER-REHAGE, Claudia. Differences in cognitive-motor interference in older adults while walking and performing a visual-verbal Stroop task. **Frontiers in aging neuroscience**, v. 10, p. 426, 2019. Disponível em: <<https://doi.org/10.3389/fnagi.2018.00426>>. Acessado em 01 de setembro de 2020.

WOLLESEN, B. *et al.* A taxonomy of cognitive tasks to evaluate cognitive-motor interference on spatiotemporal gait parameters in older people: a systematic review and meta-analysis. **European review of aging and physical activity**, v. 16, n. 1, p.

12, 2019. Disponível em: <<https://link.springer.com/article/10.1186/s11556-019-0218-1>>. Acessado em 21 de agosto de 2020.

Recebido em nov. 2020

Aceito em dez. 2020