

# **PTOFOBIA: MEDO DE CAIR EM POPULAÇÃO DE IDOSOS: UMA REVISÃO DE LITERATURA**

**CamillyEnes Ferreira<sup>1</sup>**  
**JamillyMorattely Fontes Costa<sup>1</sup>**  
**Katielle Rodrigues da Silva Cardosos<sup>1</sup>**  
**Maria Eduarda Ribeiro dos Santos<sup>1</sup>**  
**Mariana Cristina Silva Flor<sup>1</sup>**  
**Deise Aparecida de Almeida Pires Oliveira<sup>2</sup>**  
**Rúbia Mariano da Silva<sup>2</sup>**

- 1. Discentes do curso de Fisioterapia da Universidade Evangélica de Goiás.**
- 2. Docentes do curso de Fisioterapia da Universidade Evangélica de Goiás.**

## **RESUMO**

O medo de cair em idosos, é um importante influenciador de sua funcionalidade, qualidade de vida e independência. Este artigo visa relatar as principais causas do desenvolvimento desse medo em pessoas idosas. O artigo diz respeito a uma revisão bibliográfica sobre o medo de cair na população idosa, com buscas realizadas nos bancos de dados: BIREME, PubMed (national Library of Medicine), Goggle acadêmico, entre outros. Os sintomas do medo de cair, que envolvem mudanças comportamentais e psicológicas, aparecem na maioria dos casos após um episódio de queda. Destaca-se também a necessidade de mais estudos sobre a temática para se obter informações mais específicas e conseguir assim desenvolver uma solução para o problema. Conclui-se portanto que o medo de cair está associado com o equilíbrio dos idosos e com sua idade.

**Palavras-chave:** Idosos; Prevenção; Medo; Acidentes por quedas

## **ABSTRACT**

The fear of falling in the elderly is an important influencer of their functionality, quality of life and independence. This article aims to report the main causes of the development of this fear in elderly people. The article concerns a bibliographic review on the fear of falling in the elderly population, with searches carried out in the following databases: BIREME, PubMed (national Library of Medicine), Academic goggle, among others. Symptoms of fear of falling, which involve behavioral and psychological changes, appear in most cases after an episode of falling. The need for further studies on the subject is also highlighted to obtain more specific information and thus be able to develop a solution to the problem. It is therefore concluded that the fear of falling is associated with the balance of elderly people and their age.

**Keywords:** Elderly; Prevention; Fear; Fall accidents

## **INTRODUÇÃO**

O envelhecimento humano é um processo fisiológico e progressivo, que pode ser chamado de senescência quando se considera somente o processo orgânico sem associação a patologias, ou como senilidade quando se apresenta doenças juntamente com este processo, proporcionando a diminuição da capacidade funcional do idoso. Entre os efeitos desta condição, destaca-se os acidentes por queda. (SOUSA et al., 2022)

A queda na população idosa é um importante problema de saúde pública, já que promove um crescimento na incidência de lesões e de distúrbios emocionais. É uma condição multifatorial, que envolve questões intrínsecas e extrínsecas do indivíduo, que são respectivamente, mudanças fisiológicas do envelhecimento, como as disfunções sensoriais, cognitivas e neuromusculares e os riscos proporcionados pelo ambiente em que se vive (OLIVEIRA et al., 2021).

As modificações causadas pelo processo de envelhecimento, principalmente as relacionadas ao sistema musculoesquelético, se apresentam como um fator de risco considerável para quedas em idosos. O sedentarismo também é um fator importante, já que predispõem a uma diminuição da capacidade funcional muscular (NOGUEIRA et al., 2023).

O medo de cair, também chamado de ptofobia, é caracterizado por sintomas psicológicos e comportamentais, que se apresentam na maior parte dos casos após uma queda. Pode ser influenciado também pela percepção que o idoso tem de se equilibrar e de quais serão as consequências geradas por essa queda (PENA et al., 2019).

Como efeitos desse medo, temos uma diminuição da funcionalidade e independência do idoso, havendo assim queda da qualidade de vida. A ptofobia é mais comum em idosos do sexo feminino, e por indivíduos em geral que são acometidos por sintomas depressivos e que fazem uso de polimedicação (SILVA et al., 2021). Portanto, o presente estudo tem como objetivo conhecer as principais causas da ptofobia na população idosa.

### **METODOLOGIA**

Trata-se de uma revisão bibliográfica realizada em sites de publicações científicas como BIREME, PubMed, Goggle acadêmico, entre outros. Para busca foram utilizados como descritores idosos, prevenção, medo e acidentes por quedas.

Os critérios de inclusão foram estudos compostos por indivíduos idosos, com a temática relacionada ao medo de cair e artigos publicados a partir do ano de 2018 com vernáculo português e textos completos. Os critérios de exclusão foram: estudo com mais de 5 anos, revisão sistemática, estudos com população com faixa etária menor que 60 anos que não abordavam o tema específico, texto em vernáculo estrangeiros e textos que não se apresentavam completos.

Após a procura literária foram encontrados 409 artigos com o termo queda em idosos e 27 artigos com o tema medo de quedas em idosos, perfazendo um total de 436 artigos. Após aplicação dos critérios de inclusão e exclusão e leitura dos resumos dos artigos, se mostraram aptos a fazerem parte desse estudo 3 artigos.

## RESULTADOS

A tabela 1 mostra os artigos que foram utilizados nesta pesquisa, abordando os nomes dos autores, ano de publicação, título do artigo, objetivo da pesquisa, a metodologia utilizada pelos autores e suas conclusões.

**Tabela 1.** Características dos estudos Incluídos

Autor e ano	Título	Objetivo	Metodologia	conclusão
OLIVEIRA, D. B. et al. 2019	Medo de cair e risco de quedas em idosos assistidos por uma Clínica Escola de Reabilitação	Avaliar o risco, o medo de cair e as variáveis associadas ao medo de cair de PI atendidas por uma clínica escola de reabilitação (CER) na cidade de São Paulo, Brasil.	Estudo Transversal que compreendeu 40 idosos Instrumentos: Questionário com dados demográficos; Escala de Avaliação da Autoeficácia de Quedas-FES-I); TimedUpand Go – TUG e Berg Balance Scale – BERG; Teste de Velocidade de Marcha de 6 Metros - 6mVelMar	O medo de cair esteve associado à idade, ao equilíbrio, ao tempo de TUG e à velocidade de marcha
SILVA, K.M; et al. 2021	Prevalência e Fatores Associados ao medo de Cair em idosos sem histórico de quedas	Analisar a prevalência e os fatores associados ao medo de cair em idosos sem histórico de quedas Residentes na comunidade.	Estudo transversal com 140 idosos cadastrados na Estratégia de Saúde da Família entre os meses de junho e agosto de 2018. Instrumento Falls Efficacy Scale -International- Brasil	Houve associação do desfecho com interação de polifarmácia e sintomas depressivos e a variável frequente grupo social apresentou-se como um fator de proteção
SOUTO, J. F.; RIBEIRO, P. C.; LOURENÇO, R. A. (2018)	Medo de Quedas e Atividades Avançadas da Vida Diária em Idosos	Investigar a associação entre o medo de cair e a capacidade funcional em Atividades Avançadas da Vida Diária (AAVD) em idosos comunitários	A mostra foi composta por 645 idosos clientes de uma operadora de saúde Instrumentos: Escala Internacional de eficácia de quedas-Brasil (FES-I-Br); Inventário de quedas	Os achados deste estudo indicaram que o medo de cair e AAVD foi independente da fragilidade, idade, sexo, histórico de quedas, autopercepção de saúde, depressão, número de doenças crônicas e de medicação

## DISCUSSÃO

O artigo de Oliveira et al. (2019) investigou o risco de queda e sua relação com o medo de cair em idosos atendidos em uma clínica escola em São Paulo, por meio de um estudo transversal com 40 idosos usando questionário com dados demográficos; Escala de Avaliação da Auto eficácia de Quedas-FES-I); TimedUpand Go – TUG e Berg Balance Scale – BERG; Teste de Velocidade de Marcha de 6 Metros - 6m VelMar.. A amostra foi dividida em 2 grupos, caidores (35%) e não caidores (65%), sendo composta por 75,5% de mulheres e 27,5% de homens com idade média de 68 anos. A maioria dos idosos (65%) algum tipo de atividade física 2 vezes por semana e apresentavam como principais comorbidades: hipertensão arterial sistêmica, diabetes mellitus e osteoartrose. O estudo mostrou que o medo de cair estava moderadamente associado com o equilíbrio e velocidade de marcha, ambos negativamente; e positivamente com idade e tempo gasto no Teste de Levantar e Andar (TUG). Os autores concluíram que o medo de cair está relacionado à idade, desempenho no equilíbrio, tempo no TUG e velocidade de marcha, ressaltando a importância de avaliar o medo de cair em idosos em instituições de saúde para desenvolver estratégias de prevenção de quedas em idosos vulneráveis.

Silva I. C. et.al 2023 verificou a relação entre o risco e o medo de queda em idosas participantes de um projeto social, a partir de um estudo quantitativo e transversal com 59 idosas. Para esses autores a idade e a duração da participação no projeto desempenham papéis importantes no medo de cair e no risco de quedas em e que o risco de queda está associado a um medo mais intenso de cair.

O artigo de SILVA, K.M. et al. 2021, teve como objetivo analisar a prevalência e os fatores associados ao medo de cair (MC) em idosos sem históricos de quedas. Esse foi um estudo transversal com idosos cadastrados em 11 unidades de Estratégia de Saúde da Família da região norte de Cuiabá-MT. Participaram do estudo 140 idosos maiores de 65 anos, com deambulação na postura ortostática, com ou sem auxílio na marcha e com capacidade cognitiva e comunicação preservados. Como instrumentos de avaliação os autores utilizaram questionário estruturado sociodemográfico; Escala de Katz para avaliar habilidades funcionais; Escala de Lawton e Brody; Timed Up and Go test; Scala de Depressão Geriátrica Abreviada (Geriatric Depression Scale - GDS-15); Falls Efficacy Scale- International – Brasil (FES-I-BRASIL).A prevalência do MC nos idosos sem histórico de quedas com idade média 70,95 anos, sendo que a maioria é composta por mulheres (64,8%), casadas (57,1%) e com baixo nível de estudo (58,2%). A maioria destes idosos

referem ter 2 ou mais problemas de saúde, sendo os mais frequentes problemas de visão, e hipertensão arterial sistêmica. Os autores concluíram que a prevalência do MC em idosos sem histórico de quedas foi alta, a presença concomitante de polifarmácia e referência de sintomas depressivos foi preditora para o MC e participação de grupos sociais se associou inversamente à referência de MC e se apresentou como fator de proteção.

Estudo conduzido por Pena, S. B. et al. em 2019 mostra que o medo de cair não está atualmente contemplado nos elementos considerados como fatores de risco no Diagnóstico de Enfermagem, conforme evidenciado na Classificação Internacional de Diagnósticos de Enfermagem da NANDA-I. Nesse sentido, a inclusão da avaliação do medo de cair pode desempenhar um papel crucial no refinamento desse diagnóstico. Pena, S. B. et al. 2019 aponta que o medo de cair é um fator de risco para queda em idosos que vivem na comunidade e que possuem história pregressa de queda, tornando-se emergente a inclusão deste aspecto na assistência dos enfermeiros e equipe multiprofissional a esta população.

O artigo de Souto, J. F.; Ribeiro, P. C. C.; Lourenço, R. A. (2018), investigou a associação entre o medo de cair e as Atividades Avançadas de Vida Diária (AAVD) em idosos da comunidade. A amostra incluiu 645 idosos, com 65 anos ou mais, de ambos os sexos, que foram entrevistados como parte do Estudo FIBRA-RJ. A avaliação do medo de cair foi realizada utilizando a Escala Internacional de Eficácia de Quedas - Brasil (FES-I-BR). Para avaliar o desempenho em Atividades Avançadas da Vida Diária (AAVD) foi utilizado um inventário estruturado com uma lista de atividades obtida com base na literatura que buscou verificar o envolvimento social dos idosos em 12 atividades de natureza social, de lazer, cultural, organizacional, política e produtiva. O envolvimento nas atividades básicas de vida diária (ABVD) foi avaliado através da versão brasileira do índice de Katz e o desempenho em atividades instrumentais de vida diária (AIVD) foi avaliado pela escala de Lawton e Brody. Foi utilizado, também, a Escala de Depressão Geriátrica (EDG- 15) e um questionário sociodemográfico. Após a aplicação dos instrumentos 48,8% dos idosos sentem medo de cair, enquanto 59,2% sentem medo de cair. Para os autores, os efeitos da AAVD, se mostraram contrários à hipótese inicialmente formulada, onde os déficits da AAVD são precursoras de perdas nas atividades de vida instrumentais e atividades básica de vida diária.

O estudo conduzido por Tavares et al. em 2019 endossa as conclusões de Souto, J.F.; Ribeiro, P.C.C.; Lourenço, R.A. (2018), o qual teve como objetivo caracterizar a população idosa e descrever o nível de desempenho em atividades avançadas de vida diária. Para os pesquisadores, a identificação dos preditores de mudança nas atividades avançadas de vida diária, assim como as características dos grupos que apresentaram melhora ou piora, pode orientar intervenções precoces em saúde.

## **CONCLUSÃO**

Por conseguinte, foi possível analisar que a Ptofobia está associada com a idade, e com o equilíbrio dos idosos. Além disso, sintomas depressivos presentes nos idosos juntamente com a polifarmácia se relacionam também com a temática apresentada.

Portando, observa-se a importância do presente estudo para diminuição das causas da Ptofobia e a necessidade de mais estudos acerca do assunto. Ademais, é necessário manter a funcionalidade e independência para melhorar a qualidade de vida dos idosos afetados.

## **REFERÊNCIAS**

- NOGUEIRA, G. et al. Physical activity and sedentary behavior as predictors of fear of falling and risk of sarcopenia in older adults. *Fisioterapia em Movimento*, v. 36, p. e36118, 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/fm.2023.36118>. Acesso em: 14 nov. 2023.
- OLIVEIRA, D. V. et al. Funcionalidade e força muscular estão associadas ao risco e medo de quedas em idosos?. *Revista Brasileira em Promoção da Saúde*, [S. l.], v. 34, 2021. Disponível em: <https://ojs.unifor.br/RBPS/article/view/10903>. Acesso em: 14 nov. 2023.
- OLIVEIRA, D. V. et al. Relação entre funcionalidade, risco de quedas e medo de cair: estudo transversal com idosos. *Saúde (Santa Maria)*, [S. l.], v.48, n.1, 2022. Disponível: <https://periodicos.ufsm.br/revistasauade/article/view/48180>. Acesso em: 10 out. 2023.
- PENA, S. B. et al. Medo de cair e o risco de queda: revisão sistemática e metanálise. *Acta Paulista de Enfermagem*, v. 32, n. 4, p. 456–463, jul. 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1982-0194201900062>. Acesso em: 14 nov. 2023.
- PIZZIGALLI, L. et al Prevention of falling risk in elderly people: the relevance of muscular strength and symmetry of lower limbs in postural stability. *Journal of strength and conditioning research*, v.25 , n.2, p.567-574. Disponível em: <https://doi.org/10.1519/JSC.0b013e3181d32213> . Acesso em 14 nov. 2023.

SILVA, I. C. Da et al. Relação entre risco e medo de queda em idosas participantes de um projeto social. *Acta Fisiátrica*, [S. l.], v. 30, n. 2, p. 124-128, 2023. Disponível em: <https://www.revistas.usp.br/actafisiatrica/article/view/196937>. Acesso em: 14 nov. 2023.

SILVA, K. M. da et al. Prevalência e fatores associados ao medo de cair em idosos sem histórico de quedas. *Revista de Enfermagem da UFSM*, [S. l.], v. 11, p. e80, 2021. Disponível em: <https://periodicos.ufsm.br/reufsm/article/view/64533>. Acesso em: 14 nov. 2023.

SOUSA, I. L. P. dos S. et al. Quedas, medo de cair e capacidade funcional: Panorama de idosos adscritos em uma unidade de saúde da família. *REME-Revista Mineira de Enfermagem*, [S. l.], v. 26, 2022. Disponível em: <https://periodicos.ufmg.br/index.php/remef/article/view/38542>. Acesso em: 14 nov. 2023.

SOUTO, J. F.; RIBEIRO, P. C. C.; LOURENÇO, R. A. Medo de quedas e atividades avançadas da vida diária em idosos. *Revista de Terapia Ocupacional da Universidade de São Paulo*, [S. l.], v. 29, n. 3, p. 215-222, 2018. Disponível em: <https://www.revistas.usp.br/rto/article/view/147212>. Acesso em: 14 nov. 2023.

TAVARES, D. M. dos S. et al. Atividades avançadas de vida diária entre idosos: fatores preditores. *Revista Eletrônica de Enfermagem, Goiânia, Goiás, Brasil*, v. 21, p. 53681, 2019. Disponível em: <https://revistas.ufg.br/fen/article/view/53681>. Acesso em: 14 nov. 2023.