

QUANTO TEMPO NO COMPORTAMENTO SEDENTÁRIO PODE PREDIZER MEDO DE CAIR E QUEDAS EM IDOSOS?

Jaqueline Betta Canever, Ana Lúcia Danielewicz, Amanda Aparecida Oliveira Leopoldino,
Maruí Weber Corseuila, Núbia Carelli Pereira de Avelar

RESUMO

INTRODUÇÃO: O medo de cair e o histórico de quedas são situações frequentes em idosos, que podem ser agravadas pelo comportamento sedentário (CS). **OBJETIVO:** Estabelecer valores de corte no CS que discriminassem quedas e medo de cair em idosos e verificar a associação entre estas condições. **MÉTODOS:** Trata-se de um estudo transversal que incluiu 308 idosos comunitários. O CS foi avaliado pelo Questionário Internacional de Atividade Física. Os desfechos foram históricos de quedas nos últimos 12 meses e medo de cair (mais de 23 pontos na Falls Efficacy Scale-International). Os pontos de corte no CS foram estabelecidos conforme os valores de sensibilidade e especificidade avaliados pela Receiver Operating Characteristic Curves (ROC). Para verificar a associação entre o CS e o medo em cair e o histórico de quedas, utilizou-se a regressão logística multivariável. **RESULTADOS:** Os pontos de corte encontrados foram > 4,1 [AUC: 0,59 (IC 95%: 0,53-0,65)] e > 3,9 horas/dia [AUC: 0,58 (IC 95%: 0,52-0,64)] para o medo de cair e histórico de quedas, respectivamente. Os idosos com medo de cair tinham 1,71 (IC 95%: 1,03; 2,84) e 1,75 (IC 95%: 1,06; 2,89) maiores chances de ter medo de cair e de sofrer quedas, respectivamente. **CONCLUSÃO:** Valores superiores a 4,1 e 3,9 horas/dia em CS aumentam as chances de o idoso desenvolver medo de cair e sofrer quedas. Estes resultados podem contribuir para o desenvolvimento de protocolos de reabilitação por profissionais da saúde, bem como, estratégias para reduzir o CS em idosos promovidas através de políticas públicas.

Palavras-chave: Acidentes por quedas; Vida independente; Comportamento sedentário; Fatores de risco.