

## Nível de atividade física e prevalência de quedas em idosos residentes em um município do sudoeste do Paraná

### RESUMO

**Patrine Kieling de Lima**  
[patrinekieling@hotmail.com](mailto:patrinekieling@hotmail.com)  
[orcid.org/0000-0001-9006-7505](https://orcid.org/0000-0001-9006-7505)  
Universidade Paranaense (UNIPAR),  
Francisco Beltrão, Paraná, Brasil.

**Jéssica Rigon Kasmarek**  
[jessicakasmarek@hotmail.com](mailto:jessicakasmarek@hotmail.com)  
[orcid.org/0000-0003-0628-0149](https://orcid.org/0000-0003-0628-0149)  
Universidade Paranaense (UNIPAR),  
Francisco Beltrão, Paraná, Brasil.

**Chiara Munaro**  
[kikamunaro@yahoo.com.br](mailto:kikamunaro@yahoo.com.br)  
[orcid.org/0000-0003-0706-6531](https://orcid.org/0000-0003-0706-6531)  
Universidade Paranaense (UNIPAR),  
Francisco Beltrão, Paraná, Brasil.

**Durcelina Schiavoni Bortoloti**  
[dudaschiavoni@prof.unipar.br](mailto:dudaschiavoni@prof.unipar.br)  
[orcid.org/0000-0001-6976-3661](https://orcid.org/0000-0001-6976-3661)  
Universidade Paranaense (UNIPAR),  
Francisco Beltrão, Paraná, Brasil.

**OBJETIVO:** Verificar a associação entre nível de atividade física e prevalência de quedas em idosos de Francisco Beltrão/PR.

**MÉTODOS:** Estudo conduzido com 305 idosos, com idade média de 69,09±7,05 anos, residentes em Francisco Beltrão. O instrumento utilizado para analisar o nível da atividade física habitual (NAFH) foi o questionário IPAQ, em sua versão curta, no qual foram acrescentadas perguntas referentes a quedas nos últimos 12 meses. Foi empregada a estatística descritiva para caracterização da amostra e o teste de qui-quadrado para verificar a associação entre o NAFH e as quedas. Utilizou-se o programa estatístico SPSS versão 20.0, e o nível de significância adotado foi de  $P < 0,05$ .

**RESULTADOS:** Identificou-se que do total de 305 idosos, 66,9% foram classificados como mais ativos e 33,1% como menos ativos para o NAFH. Para a pergunta referente a quedas aos últimos 12 meses a prevalência de quedas encontrada foi de 27,2%. Desses 305 idosos avaliados, 27,2% (n=83) relataram ter sofrido ao menos uma queda no último ano, os quais 56 foram classificados como mais ativos, e 27 foram classificados como menos ativos. Não foram identificadas associações significantes entre NAFH e quedas nos idosos deste estudo ( $P > 0,05$ ).

**CONCLUSÕES:** Não foi verificada associação significativa entre as quedas relatadas pelos idosos nos últimos 12 meses e o NAFH.

**PALAVRAS-CHAVE:** Idosos. Quedas. Atividade física.

## INTRODUÇÃO

O envelhecimento é um processo natural e provoca alterações funcionais, morfológicas e bioquímicas em todos os seres humanos com o decorrer do tempo. Países em desenvolvimento, como o Brasil, têm proporcionado maior longevidade a sua população. Estima-se que no ano de 2025 o país deverá ter a sexta maior população idosa do mundo (FREITAS *et al.*, 2013). Contudo, a velocidade com que as pessoas são atingidas pelo envelhecimento é diretamente influenciada pelo estilo de vida adotado no decorrer dos anos.

Uma das consequências graves do processo de envelhecimento é a redução das capacidades funcionais, causada principalmente pela: perda de elasticidade; alteração das células musculares; redução da mobilidade articular; e, diminuição do conteúdo e da densidade mineral óssea. Essas alterações, diretamente associadas aos sistemas responsáveis pela estabilização do corpo, tornam o idoso mais suscetível às quedas (BECK *et al.*, 2011; PADOIN *et al.*, 2010).

De acordo com a World Health Organization (2018), estima-se que, a cada ano, 646.000 pessoas morrem de quedas no mundo, e os idosos com mais de 65 anos são os que sofrem o maior número de quedas fatais. No Brasil, as quedas representam um dos principais motivos de internações entre os idosos. Em 2013, foram registradas 93.312 internações por quedas em pessoas com idade acima de 60 anos e, neste mesmo ano, registrou-se 8.775 casos de morte em idosos devido à queda (ABREU *et al.*, 2018).

Em contrapartida, é consenso na literatura que bons níveis de atividade física habitual (NAFH) desempenham papel determinante na manutenção da saúde e da autonomia, em especial para população idosa (LOBO; CARVALHO; SANTOS, 2010; PETERSON *et al.*, 2010). Além disso, quando a atividade física é sistematizada, principalmente se realizada em intensidade moderada, proporciona benefícios adicionais aos componentes da aptidão funcional, colaborando assim para aumento na qualidade e na expectativa de vida (VAGETTI *et al.*, 2014) e para redução na incidência de quedas ou de agravos advindos destas. Em estudo realizado por Beck *et al.* (2011) com 28 idosos ativos, foi mostrada baixa prevalência de quedas (7,6%) e, daqueles que caíram, as consequências foram consideradas leves, como hematomas, escoriações e pequenas torções.

A partir do aumento da população idosa nas microrregiões do país e do relatado percentual de quedas em idosos e seus agravos, fica evidente a necessidade de estudos que auxiliem na análise e na associação do NAFH e das quedas nessa população. O objetivo do presente estudo é verificar a prevalência de quedas e sua associação com o NAFH em idosos de Francisco Beltrão/Pr. Como hipótese de estudo, supõe-se que indivíduos mais ativos tendem a não sofrer quedas.

## MÉTODOS

Este estudo, de característica transversal e de natureza quantitativa, faz parte do projeto intitulado *Nível de atividade física e comportamento sedentário de idosos do município de Francisco Beltrão*.

Antes do início das atividades propostas, o projeto foi previamente encaminhado e aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Paranaense (UNIPAR), sob protocolo nº 1.906.259/2017, de acordo com as normas da Resolução nº 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde, sobre pesquisa envolvendo seres humanos.

## SUJEITOS

O estudo foi realizado com idosos de ambos os sexos residentes no município de Francisco Beltrão, região sudoeste do estado do Paraná, Brasil. A população do município é de aproximadamente 88.400 habitantes, dos quais aproximadamente 30% são idosos. Para o cálculo do tamanho da amostra, uma equação preditiva foi adotada para estimar parâmetros populacionais, estabelecendo a prevalência de quedas de 30% de acordo com valores relatados em estudos nacionais, com precisão de 5%, significância estatística de 5% e efeito de desenho de 1,0, resultou em um número mínimo de 319 idosos. Ao final do estudo computou-se a perda amostral aceitável (4,38%), assim 305 idosos completaram todas as avaliações propostas.

Para selecionar os participantes, foram elencados alguns grupos de idosos de diferentes bairros do município, bem como idosos que frequentavam unidades básicas de saúde, praças e parques públicos. Nos grupos selecionados, todos os idosos foram convidados a participar do estudo e os que aceitaram assinaram o termo de consentimento livre e esclarecido.

## ANTROPOMETRIA

Medidas antropométricas de massa corporal e de estatura foram identificadas em todos os participantes. A massa corporal foi mensurada em uma balança de leitura digital com precisão de 0,1 kg e a estatura foi determinada a partir de uma fita métrica fixada na parede, de acordo com procedimentos preconizados na literatura (GORDON; CHUMLEA; ROCHE, 1988).

A partir dessas medidas, o índice de massa corporal (IMC) foi calculado e os idosos foram classificados em: peso normal e excesso de peso corporal (sobrepeso ou obesidade) (AMERICAN ACADEMY OF FAMILY PHYSICIANS; AMERICAN DIETETIC ASSOCIATION; NATIONAL COUNCIL ON THE AGING, 2002). Todas as medidas foram efetuadas com os idosos vestindo roupas de preferência de tecidos leves (calça e camisa / saia e blusa ou vestido), bem como descalços.

## NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA HABITUAL

O instrumento utilizado para analisar o NAFH foi o questionário Internacional de Atividade Física (International Physical Activity Questionnaire – IPAQ) em sua versão curta. O referido questionário foi proposto pela World Health Organization (1998) e validado no Brasil para diferentes populações. Especificamente para idosos foi validado por Benedetti *et al.* (2007).

O instrumento é composto por seis questões abertas que foram realizadas por meio de entrevista por um único avaliador, previamente treinado para este fim. As informações permitiram estimar o tempo despendido, por semana, em diferentes dimensões da atividade física e de inatividade física.

As classificações se dividiram e conceituaram-se em:

- a) **sedentário**: não realiza nenhuma atividade física por pelo menos 10 minutos contínuos durante a semana;
- b) **insuficientemente ativo**: indivíduos que praticam atividade física por menos 10 minutos contínuos por semana, porém de maneira insuficiente para ser classificado como ativos. Para classificar os indivíduos nesse critério, são somadas a duração e a frequência dos diferentes tipos de atividades (caminhadas + moderada + vigorosa);
- c) **ativo**: cumpre as seguintes recomendações:
  - atividade física vigorosa:  $\geq 3$  dias/semana e  $\geq 20$  minutos/sessão;
  - moderada ou caminhada:  $\geq 5$  dias/semana e  $\geq 30$  minutos/sessão;
  - qualquer atividade somada:  $\geq 5$  dias/semana e  $\geq 150$  min/semana;
- d) **muito ativo**: cumpre as seguintes recomendações:
  - vigorosa:  $\geq 5$  dias/semana e  $\geq 30$  min/sessão;
  - vigorosa:  $\geq 3$  dias/semana e  $\geq 20$  min/sessão + moderada e ou caminhada 5 dias/semana e  $\geq 30$  min/sessão.

Para fins de análise, nos dados referentes às classificações do NAFH foram utilizadas categorias propostas por Mazo e Benedetti (2010) em menos ativos (sedentários e/ou insuficientemente ativos) e mais ativos (ativos e/ou muito ativos).

## QUEDAS EM IDOSOS

Foram feitos questionamentos aos idosos relativos à queda nos últimos 12 meses.

## TRATAMENTO ESTATÍSTICO

Inicialmente foram realizadas análises descritivas para caracterização da amostra de distribuição de frequências das variáveis analisadas. Os dados sobre quedas e NAFH foram categorizados e dicotomizados. Assim, para verificar a associação entre o NAFH e as quedas foi utilizado o teste estatístico de qui-quadrado. Os dados foram analisados no programa estatístico SPSS, versão 20.0. O nível de significância adotado será de  $P < 0,05$ .

## RESULTADOS

As características gerais da amostra apresentam-se descritas na Tabela 1. Participaram do estudo 305 idosos com média de idade de 69,09±7,05 anos. Identificou-se que nesse total de idosos, 58,7% são do sexo feminino e 41,3% do sexo masculino.

Tabela 1 – Características gerais da amostra

	Homem (n=126)	Mulher (n=179)	Todos (n=305)
Idade (ano)	69,37±6,85	68,89±7,19	69,09±7,05
Peso (Kg)	77,76±12,86	70,97±13,29	73,77±13,52
Estatura (M)	1,69±0,08	1,58±0,07	1,63±0,09
IMC (Kg/m <sup>2</sup> )	27,20±4,63	27,85±5,58	27,58±5,21

Fonte: Autoria própria (2017).

Os dados médios de IMC demonstraram-se aumentados (27,58±5,21 kg/m<sup>2</sup>), principalmente nas mulheres, com ambos os sexos sendo classificados como sobrepesados de acordo com pontos de corte estabelecido para idosos (>27 Kg/m<sup>2</sup>) (AMERICAN ACADEMY OF FAMILY PHYSICIANS; AMERICAN DIETETIC ASSOCIATION; NATIONAL COUNCIL ON THE AGING, 2002).

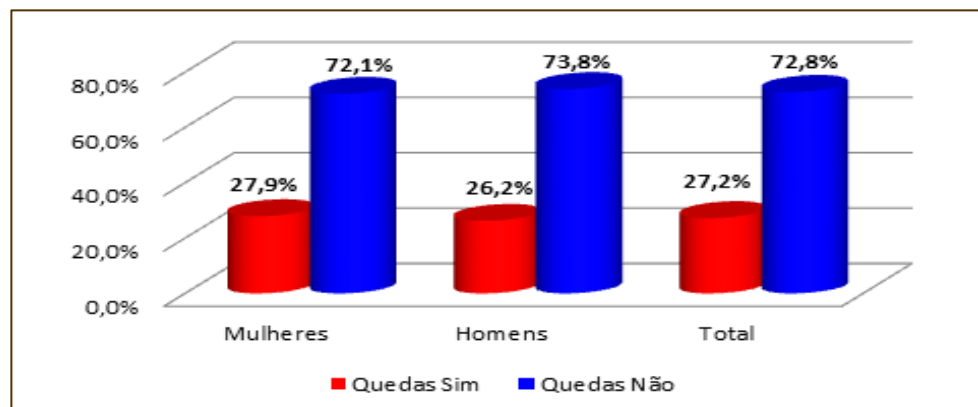
Na classificação do NAFH, descrita na Tabela 2, verificou-se que 66,9% dos idosos foram classificados como mais ativos (59,7% ativos; 7,2% muito ativo). Por outro lado, 33,1% dos idosos foram classificados como menos ativos (25,9 % irregularmente ativo; 7,2% sedentário).

Tabela 2 - NAFH pelo questionário internacional de atividade física (IPAQ)

	Homem (n=126)		Mulher (n=179)		Todos (n=305)	
	N	%	n	%	n	%
Sedentário	8	6,3	14	7,8	22	7,2
Irregular ativo	33	26,2	46	25,7	79	25,9
Ativo	74	58,7	108	60,3	182	59,7
Muito ativo	11	8,7	11	6,1	22	7,2

Fonte: Autoria própria (2017).

Figura 1 – Prevalência de quedas por sexo e total



Fonte: Autoria própria (2017).

Quanto à prevalência total de quedas, houve 72,8% (n=222) relatos de não queda entre os idosos e 27,2% (n=83) deles relataram ter sofrido ao menos uma queda nos últimos 12 meses. Quanto à prevalência por sexo, 27,9% das mulheres e 26,2% relataram ter sofrido quedas (Figura 1).

Tabela 3 – Associação entre o NAFH e quedas

		Nível de Atividade Física		P
		Mais ativos	Menos ativos	
Quedas	Não	72,5% (n=148)	73,3% (n=74)	0,894
	Sim	27,5% (n=56)	26,7% (n=27)	

Fonte: Autoria própria (2017).

Em relação à associação do NAFH e das quedas de idosos avaliados neste estudo, verificou-se que, dos idosos classificados como mais ativos, 72,5% relataram não ter sofrido quedas no último ano e 27,5% ter sofrido pelo menos uma queda no mesmo período. Quanto aos idosos classificados como menos ativos, 73,3% relataram não ter sofrido queda no último ano ao passo que 26,7% relataram ter sofrido ao menos uma queda, contudo não foi evidenciada associação significativa entre as quedas e o NAFH dos idosos deste estudo (P=0,894).

## DISCUSSÃO

Este estudo buscou verificar a prevalência de quedas e do NAFH e a associação destas variáveis em idosos do município de Francisco Beltrão. O principal achado, contrariando a hipótese previamente levantada, é que não houve associação significativa entre o NAFH e as quedas nos idosos avaliados.

Destaca-se a importância de estudos sobre essa temática, visto que é crescente o número de idosos nas diferentes regiões do Brasil. Contudo, nem sempre envelhecer mais representa viver com qualidade de vida ou autonomia funcional. As perdas na capacidade física dos idosos têm proporcionado o surgimento ou agravamento de diferentes patologias de caráter crônico degenerativo, associado ainda há crescente incidência de quedas, o que corrobora com importantes agravos à saúde dessa população ou até a mortalidade (ABREU *et al.*, 2018; BECK *et al.*, 2011; CAVALCANTE; AGUIAR; GURGEL, 2012; PADOIN *et al.*, 2010).

Cavalcante, Aguiar e Gurgel (2012) realizaram uma pesquisa com 50 idosos residentes de um município de Fortaleza/CE, com o objetivo de analisar os aspectos relacionados à ocorrência de quedas em idosos de ambos os sexos com idade entre 60 e 89 anos. No estudo foi verificado que 42% dos idosos sofreram pelo menos uma queda nos últimos dois anos, sendo 46,8% nas mulheres e 33,3% nos homens. Os autores constataram que a principal consequência das quedas foram as fraturas (43%) e que, na maioria dos relatos, aconteceram no ambiente doméstico. Dos idosos que relataram a queda, 90% deles foram classificados como sedentários.

Couto e Perracini (2012), em estudo com 150 idosos de ambos os sexos (71,51±5,6 anos), participantes de um grupo da terceira idade do município de Itú/SP, teve como objetivo explorar o relacionamento das variáveis sociodemográficas e funcionais e identificar a associação dessas variáveis com as quedas. A prevalência de quedas foi de 38,7%, e as consequências das quedas relatadas foram, em sua maioria, cortes, edemas e hematomas, com ausência de fraturas. Um possível fator para a alta prevalência de quedas em idosos pode estar associada com menor NAFH associada a presença de dinapenia e/ou sarcopenia, assim ficando mais expostos ao risco de quedas (COUTO; PERRACINI, 2012).

Em estudo que buscou verificar os fatores associados à qualidade de vida de 277 idosos de ambos os sexos, frequentadores de uma unidade de saúde de Ceilândia/DF, constatou-se que as estratégias de intervenção para aumentar a prática de atividade física dos idosos melhora a qualidade de vida, principalmente no aspecto físico, com efeitos positivos na capacidade funcional e, por consequência, na independência nas atividades diárias (STIVAL *et al.*, 2014). Além disso, Cavalcante, Aguiar e Gurgel (2012) relatam que a prática de atividade física tem capacidade de promover estímulos que ativam os músculos estáticos, o que promove melhor equilíbrio, refletindo diretamente na redução ou menor agravo decorrente das quedas.

No presente estudo foi verificado que a maioria dos idosos (59,7%) foram classificados como ativos para NAFH e 25,9% foram classificados como irregularmente ativos. Em relação à associação do NAFH e das quedas, encontrou-se em sua maioria, idosos que relataram não ter sofrido quedas nos últimos 12 meses. Corroborando com esses achados, Valim-Rogatto, Candolo e Brêtas (2011), em pesquisa com 291 idosos de ambos os sexos de três Centros de Convivência de Idosos da cidade de Cuiabá/MT, também não encontraram associações significativas entre as quedas e o NAFH. Contudo, a prevalência de quedas relatada foi superior ao presente estudo (40,2%).

Apesar dos resultados deste estudo nos mostrarem importantes dados em relação ao NAFH e às quedas de idosos residentes no município de Francisco Beltrão/PR, algumas limitações devem ser consideradas. A característica transversal não possibilita a análise do processo, o que dificulta a interpretação de possíveis fatores que, de algum modo, podem ter influenciado o NAFH e as quedas encontradas na amostra, como por exemplo, o relato sobre a situação em que ocorreu a queda. A análise por idade dos idosos pode ser outro fator que auxiliaria no entendimento dos motivos que levaram a queda. Além disso, o uso de medida indireta para avaliação dos desfechos pode ter influenciado, em parte, os resultados encontrados.

Por outro lado, o número de idosos avaliados a partir de um cálculo amostral desta população no município reforçam os achados, bem como a diversidade de locais de coleta dos dados.

# The level of physical activity and the frequency of falls in the elderly in a municipality in the southwest of Paraná

## ABSTRACT

**OBJECTIVE:** To verify the association between physical activity level and prevalence of falls in the elderly of Francisco Beltrão/PR.

**METHODS:** A study conducted with 305 elderly, mean age  $69,09 \pm 7,05$  years, residing in Francisco Beltrão. The instrument used to analyze the level of habitual physical activity (NAFH) was the IPAQ questionnaire, in its short version, in which questions were asked regarding falls in the last 12 months. Descriptive statistics were used to characterize the sample and the chi-square test was used to verify the association between NAFH and falls. The statistical program SPSS version 20.0 was used, and the level of significance adopted was  $P < 0,05$ .

**RESULTS:** It was identified that of the total of 305 elderly, 66,9% were classified as more active and 33,1% as less active for NAFH. For the question regarding falls in the last 12 months, the prevalence of falls was 27,2%. Of these 305 elderly people evaluated, 27,2% ( $n=83$ ) reported having suffered at least one fall in the last year, of which 56 were classified as more active, and 27 were classified as less active. Significant associations between NAFH and falls in the elderly of this study were not identified ( $P > 0,05$ ).

**CONCLUSIONS:** There was no significant association between falls reported by the elderly in the last 12 months and NAFH.


**KEYWORDS:** Elderly. Falls. Physical activity.




## AGRADECIMENTOS


Aos acadêmicos do Curso de Educação Física e participantes do Programa de Iniciação Científica (PIC) da UNIPAR: Douglas Grizão de Camargo, Joelma Goetz de Gois, Juvenil de Souza, Matheus Telles de Souza Lucas, Maurício Elisson Nunes, Queli Cristina da Silva Risson e Tainara Keise Ribeiro Fernandes que auxiliaram efetivamente na coleta dos dados.


## REFERÊNCIAS


ABREU, D. R. de O. M. *et al.* Internação e mortalidade por quedas em idosos no Brasil: análise de tendência. **Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 23, n. 4, p. 1131-1141, abr. 2018. Disponível em: <https://www.scielo.org/pdf/csc/2018.v23n4/1131-1141/pt>. Acesso em: 12 jan. 2019. 


AMERICAN ACADEMY OF FAMILY PHYSICIANS (AAFP); AMERICAN DIETETIC ASSOCIATION (ADA); NATIONAL COUNCIL ON THE AGING (NCA). **Nutrition screening and intervention resources for healthcare professionals working with older adults**. Nutrition Screening Initiative. Washington: American Dietetic Association, 2002.

BECK, A. P. *et al.* Fatores associados as quedas entre idosos praticantes de atividades físicas. **Texto & Contexto: Enfermagem**, Florianópolis, v. 20, n. 2, p. 280-286, abr./jun. 2011. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/tce/v20n2/a09v20n2>. Acesso em: 10 maio 2017. 


BENEDETTI, T. R. B. *et al.* Reprodutibilidade e validade do questionário internacional de atividade física (IPAQ) em homens idosos. **Revista Brasileira de Medicina e Esporte**, Niterói, v. 13, n. 1, p. 11-16, jan./fev. 2007. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rbme/v13n1/04.pdf>. Acesso em: 10 maio 2017. 


CAVALCANTE, A. L. P.; AGUIAR, J. B.; GURGEL, L. A. Fatores associados a quedas em idosos residentes em um bairro de Fortaleza, Ceará. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, Rio de Janeiro, v. 15, n. 1, p. 137-146, 2012. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rbgg/v15n1/15.pdf>. Acesso em: 12 out. 2017. 


COUTO, F. B. D.; PERRACINI, M. R. Análise multifatorial do perfil de idosos ativos com história de quedas. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, Rio de Janeiro, v. 15, n. 4, p. 693-706, out./dez. 2012. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rbgg/v15n4/10.pdf>. Acesso em: 15 out. 2017. 


FREITAS, E. R. F. S. de *et al.* Prática habitual de atividade física afeta o equilíbrio de idosas? **Fisioterapia em Movimento**, Curitiba, v. 26, n. 4, p. 813-821, set./dez. 2013. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/fm/v26n4/a10v26n4.pdf>. Acesso em: 12 maio 2017. 


GORDON, C. C.; CHUMLEA, W. C.; ROCHE, A. F. Stature, recumbent length, and weight. In: LOHMAN, T. G.; ROCHE, A. F.; MARTORELL, R. (ed.). **Anthropometric standardization reference manual**. Champaign: Human Kinetics Books, 1988. p. 3-8.

LOBO, A.; CARVALHO, J.; SANTOS, P. Effects of training and detraining on physical fitness, physical activity patterns, cardiovascular variables, and HRQOL after 3 health-promotion interventions in institutionalized elders. **International Journal of Family Medicine**, Londres, v. 2010, ID 486097, p. 1-10, 2010. Disponível em: <https://www.hindawi.com/journals/ijfm/2010/486097/>. Acesso em: 10 jan. 2019. 

MAZO, G. Z.; BENEDETTI, T. R. B. Adaptação do questionário internacional de atividade física para idosos. **Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano**, Florianópolis, v. 12, n. 6, p. 480-484, 2010. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rbcdh/v12n6/v12n6a13.pdf>. Acesso em: 12 maio 2017. 


PADOIN, P. G. *et al.* Análise comparativa entre idosos praticantes de exercício físico e sedentários quanto ao risco de quedas. **O Mundo da Saúde**, São Paulo, v. 34, n. 2, p. 158-164, 2010. Disponível em: [www.saocamilo-sp.br/pdf/mundo\\_saude/75/158a164.pdf](http://www.saocamilo-sp.br/pdf/mundo_saude/75/158a164.pdf). Acesso em: 15 out. 2017. 

PETERSON, M. J. *et al.* Walking in old age and development of metabolic syndrome: the health, aging, and body composition study. **Metabolic Syndrome and Related Disorders**, v. 8, n. 4, p. 317-322, Sept. 2010. Disponível em: <https://www.liebertpub.com/doi/10.1089/met.2009.0090>. Acesso em: 11 jan. 2019. 

STIVAL, M. M. *et al.* Fatores associados à qualidade de vida de idosos que frequentam uma unidade de saúde do Distrito Federal. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, Rio de Janeiro, v. 17, n. 2, p. 395-405, 2014. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rbgg/v17n2/1809-9823-rbgg-17-02-00395.pdf>. Acesso em: 12 out. 2017. 

VAGETTI, G. C. et al. Association between physical activity and quality of life in the elderly: a systematic review, 2000-2012. **Revista Brasileira de Psiquiatria**, São Paulo, v. 36, n. 1, p. 76-88, jan./mar. 2014. Disponível em:

[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1516-](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-44462014000100013&lng=en&tlng=en)

[44462014000100013&lng=en&tlng=en](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-44462014000100013&lng=en&tlng=en). Acesso em: 12 jan. 2019. 

VALIM-ROGATTO, P. C.; CANDOLO, C.; BRÊTAS, A. C. P. Nível de atividade física e sua relação com quedas acidentais e fatores psicossociais em idosos de Centro de Convivência. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, Rio de Janeiro, v. 14, n. 3, p. 521-533, 2011. Disponível em:

<http://www.scielo.br/pdf/rbgg/v14n3/v14n3a12.pdf>. Acesso em: 18 out. 2017.



WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). **Falls**. 2018. Disponível em:

<https://www.who.int/en/news-room/fact-sheets/detail/falls>. Acesso em: 10 jan. 2019.

**Recebido:** 27 jan. 2019.

**Aprovado:** 23 maio 2019.

**DOI:** <http://dx.doi.org/10.3895/rbqv.v11n2.9463>.

**Como citar:**

LIMA, P. K. de *et al.* Nível de atividade física e prevalência de quedas em idosos residentes em um município do sudoeste do Paraná. **R. bras. Qual. Vida**, Ponta Grossa, v. 11, n. 2, e9463, abr./jun. 2019. Disponível em: <https://periodicos.ufpr.edu.br/rbqv/article/view/9463>. Acesso em: XXX.

**Correspondência:**

Patrine Kieling de Lima

Rua Indianópolis, número 393, Jardim Virginia, Francisco Beltrão, Paraná, Brasil.

**Direito autoral:**

Este artigo está licenciado sob os termos da Licença Creative Commons-Atribuição 4.0 Internacional.

