



**FACULDADE FASIPE DE CUIABÁ
CURSO DE FISIOTERAPIA**

MARIA VITÓRIA SOUZA MARTINS

O TESTE TIMED UP AND GO PREDIZ QUEDA NO IDOSO

Cuiabá/MT

2025

MARIA VITÓRIA SOUZA MARTINS

O TESTE TIMED UP AND GO PREDIZ QUEDA NO IDOSO

Projeto de Conclusão do
Curso de Fisioterapia
apresentado à Banca
Avaliadora da Faculdade
Fasipe Cuiabá, como
requisito parcial para a
obtenção do título de
Bacharel em Fisioterapia.
Orientador(a): Prof^o Suzana
Albuquerque de Moraes

**Cuiabá/MT
2025**

MARIA VITÓRIA SOUZA MARTINS

O TESTE TIMED UP AND GO PREDIZ QUEDA NO IDOSO

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à Banca Avaliadora do Curso de Fisioterapia – da Faculdade Fasipe - como requisito para a obtenção do título de Bacharel em Fisioterapia.

BANCA EXAMINADORA

Prof(a). Dra. Suzana Albuquerque de Moraes
Professor Orientadora

Prof(a). Titulação Nome do Professor(a)

Prof(a). Titulação Nome do Professor(a)

DEDICATÓRIA

Gostaria de agradecer a Deus por me proporcionar chegar até aqui.

Agradecer a minha família pelo apoio e perseverança comigo desde o começo do caminho.

Agradecer aos meus amigos do curso que desde sempre me ajudou a ter Fé e esperança para que tudo daria certo.

Gostaria de agradecer também a professora Suzana Albuquerque de Moraes, que me orientou desde o começo e me ajudou a chegar até aqui.

AGRADECIMENTO

Gostaria de agradecer a Deus por me proporcionar chegar até aqui.

Agradecer a minha família pelo apoio e perseverança comigo desde o começo do caminho.

Agradecer aos meus amigos do curso que desde sempre me ajudou a ter Fé e esperança para que tudo daria certo.

Gostaria de agradecer também a professora Suzana Albuquerque de Moraes, que me orientou desde o começo e me ajudou a chegar até aqui. *“O esforço de hoje é o resultado de amanhã!”*

Bernardo Morais

MARTINS, Maria Vitória Souza. O TESTE TIMED UP AND GO PREDIZ QUEDA NO IDOSO. 2025. Trabalho de Conclusão de Curso I. Bacharel em Fisioterapia p18. – Faculdade FASIPE, Cuiabá, 2025.

RESUMO

O teste Timed Up and Go (TUG) é amplamente utilizado para estimar o risco de quedas em idosos. Apesar de sua complexidade, geralmente apenas o tempo total é considerado. A evolução tecnológica dos smartphones possibilitou o desenvolvimento de aplicativos voltados para monitoramentos diagnósticos. Este estudo teve como objetivo analisar o TUG como ferramenta de avaliação da força muscular em idosos comunitários. Foi conduzido um estudo observacional, transversal e analítico. As quedas em idosos representam um desafio relevante para a saúde pública. Observa-se uma melhora nas condições gerais de saúde dessa população, possivelmente atribuída ao avanço da medicina, mudanças no comportamento, programas voltados ao idoso, aumento do nível socioeconômico e transformação no perfil epidemiológico populacional. A identificação do risco de quedas é essencial para formulação de políticas públicas de saúde, dado que a queda caracteriza-se por um deslocamento não intencional para um plano inferior, devido a diversos fatores que afetam o equilíbrio corporal. A pesquisa teve como foco investigar a eficiência do TUG nesse contexto. Para tanto, realizou-se uma revisão de literatura com artigos das bases PubMed e Scielo entre 2011 e 2021. Os achados indicam que, isoladamente, o TUG não é totalmente confiável para prever quedas, mas quando associado a outros testes funcionais como os de marcha e equilíbrio, contribui significativamente para identificar idosos em maior risco. Com base nos dados da PNAD (1998/2003), que investigou a mobilidade física de idosos no Brasil, verificou-se grande prevalência de dificuldades para caminhar 100 metros, sendo a amostra composta por 28.943 e 35.042 indivíduos com 60 anos ou mais. As variáveis incluíram sexo, faixa etária, região e renda. Os resultados reforçam que políticas públicas voltadas à manutenção da mobilidade são essenciais para reduzir riscos e melhorar a qualidade de vida dos idosos.

Palavra-chave: TUG, risco de queda, funcionalidade

MARTINS, Maria Vitória Souza. THE TIMED UP AND GO TEST PREDICTS FALLS IN THE ELDERLY 2025. Final Course Work 1. Bachelor of Physiotherapy p18. – Faculdade FASIPE, Cuiabá, 2025.

ABSTRACT

The **Timed Up and Go (TUG)** test is widely used to estimate the risk of falls in older adults. Despite its complexity, usually only the total time is considered. Technological advancements in smartphones have enabled the development of applications aimed at diagnostic monitoring. This study aimed to analyze the TUG as a tool for assessing muscle strength in community-dwelling older adults. An observational, cross-sectional, and analytical study was conducted. Falls among the elderly represent a significant public health challenge. An improvement in the general health conditions of this population has been observed, possibly attributed to advances in medicine, behavioral changes, programs targeted at older adults, increased socioeconomic levels, and changes in the population's epidemiological profile. Identifying the risk of falls is essential for formulating public health policies, given that a fall is characterized by an unintentional movement to a lower level, due to various factors affecting body balance. The research focused on investigating the efficiency of the TUG in this context. To this end, a literature review was conducted using articles from the PubMed and Scielo databases between 2011 and 2021. The findings indicate that, on its own, the TUG is not entirely reliable for predicting falls, but when combined with other functional tests such as gait and balance assessments, it significantly contributes to identifying older adults at higher risk. Based on data from the PNAD (1998/2003), which investigated the physical mobility of older adults in Brazil, a high prevalence of difficulty walking 100 meters was found, with the sample consisting of 28,943 and 35,042 individuals aged 60 years or older. The variables included sex, age group, region, and income. The results reinforce that public policies aimed at maintaining mobility are essential to reduce risks and improve the quality of life of older adults.

Keywords: TUG, fall risk, functionality

SUMÁRIO

CAPÍTULO I.....	9
INTRODUÇÃO.....	9
Justificativa.....	10
Problematização.....	11
Objetivos.....	11
1.1 Geral.....	11
1.2 Específicos.....	11
CAPÍTULO II.....	12
REVISÃO DE LITERATURA	12
1.2 EPIDEMIOLOGIA DE QUEDAS.....	12
1.3 As consequências das quedas na população idosa.....	13
1.4 A importância do fortalecimento de M.I.....	14
1.5 A efetividade do teste (TUG).....	15
CAPÍTULO III.....	17
METODOLOGIA.....	17
CRONOGRAMA.....	19
REFERÊNCIAS.....	20

CAPÍTULO I INTRODUÇÃO

O processo de envelhecimento ocorre ao longo da vida de maneira gradual, promovendo diversas alterações no organismo humano, envolvendo fatores culturais, sociais, biológicos e psicológicos (Cunha et al., 2019). Entre as mudanças fisiológicas e funcionais que acompanham o envelhecimento, destacam-se a redução da acuidade visual, do equilíbrio e da força muscular, o que eleva consideravelmente o risco de quedas e possíveis lesões (Gamage et al., 2019; Rodrigues et al., 2014; Teixeira et al., 2019).

A queda em idosos é uma das principais consequências do envelhecimento, estando relacionada a múltiplos fatores de risco como: avanço da idade, sexo feminino, diminuição da força muscular, alterações na marcha, déficit de equilíbrio, prejuízos cognitivos e sintomas depressivos (Fang et al., 2012; Jagnoor et al., 2014). Conceitualmente, a queda é definida como um evento não intencional que resulta no deslocamento do corpo para um nível inferior ao inicial (Teresi et al., 2013; Baixinho et al., 2019).

Esse tipo de ocorrência é bastante comum entre os idosos, acarretando impactos como medo de nova quedas, isolamento social, limitações funcionais e redução da qualidade de vida (Damián et al., 2013). Diante disso, é fundamental adotar uma abordagem multidisciplinar voltada à prevenção e à identificação precoce dos indivíduos em risco. A aplicação de medidas preventivas exige a análise dos fatores associados às quedas, especialmente aqueles passíveis de modificação, com o objetivo de reduzir sua incidência (Smith et al., 2017).

Em um estudo realizado por Bretan et al. (2013), o teste Timed Up and Go (TUG) foi utilizado para avaliar o equilíbrio de 102 idosos com 75 anos ou mais. Verificou-se que 70% dos participantes completaram o teste em menos de 20 segundos, indicando baixo risco de quedas, enquanto os demais apresentaram resultados entre 20 e 30 segundos ou mais. Esses achados sugerem que o TUG é uma ferramenta eficaz para avaliar o risco de quedas e o nível de funcionalidade dos idosos.

Muitos idosos, na tentativa de manter sua autonomia, realizam atividades que podem aumentar o risco de quedas. A ausência de atividade física regular, associada à baixa força muscular e ao equilíbrio comprometido, agrava essa situação. Assim, com o envelhecimento, o risco de queda se intensifica, tornando-se uma questão relevante de saúde pública. Ainda que não seja uma consequência inevitável da velhice, a ocorrência de quedas pode indicar o início da fragilidade, comprometendo a estabilidade corporal.

Dessa forma, o teste Timed Up and Go se mostra um importante recurso para avaliação do equilíbrio e força muscular em idosos. Quando o tempo de execução ultrapassa 20 segundos, o idoso é classificado como de alto risco de queda. Assim, o TUG permite identificar de maneira prática os indivíduos mais vulneráveis.

No estudo de Fioritto et al. (2020), buscou-se verificar a prevalência de quedas utilizando o TUG como instrumento avaliativo, bem como a relação com fatores como ansiedade, depressão e medo de cair, investigados por meio do Patient Health Questionnaire e da Falls Efficacy Scale International. A pesquisa foi conduzida com 339 idosos com 60 anos ou mais, de ambos os sexos. Os parâmetros de referência foram: baixo risco (até 10 segundos), risco moderado (11 a 20 segundos) e alto risco (acima de 20 segundos). Entre os participantes, 36 necessitaram de auxílio para se locomover e não conseguiram concluir o teste, enquanto os demais apresentaram 36% de baixo risco, 43,7% de risco moderado e 20,3% de alto risco. O estudo demonstrou predomínio das classificações moderada e alta reforçando a relevância do TUG como instrumento de triagem na saúde pública, ao possibilitar a identificação de idosos em situação de risco.

1.1 JUSTIFICATIVA

O crescimento da população idosa exige maior atenção à saúde dessa faixa etária. Com o envelhecimento, há perda progressiva de força, equilíbrio e agilidade, o que aumenta a vulnerabilidade a quedas - evento que pode resultar em fraturas, internações e até óbito. O TUG se apresenta como uma ferramenta eficiente e prática para avaliar a mobilidade e detectar

riscos, promovendo a prevenção de acidentes. Portanto, este trabalho se justifica pela necessidade de divulgar o TUG como recurso preventivo para garantir um envelhecimento mais saudável.

1.2 PROBLEMATIZAÇÃO

TUG Teste é um instrumento de fácil aplicabilidade e de baixo custo, o que o torna uma ferramenta acessível para o rastreamento de mobilidade. Portanto, o TUG Teste também seria um instrumento útil que poderia predizer o risco de quedas em idosos?

1.3 Objetivo

1.3 Objetivo geral

Explorar a capacidade de predição de quedas futuras em idosos, através do uso do instrumento Timed Up And Go Teste.

1.3. Objetivo específico

- Descrever a importância do fortalecimento de membros inferiores em idosos para evitar quedas.
- Verificar a efetividade do teste Timed Up And Go Test (TUG) para predizer eventos de queda em idosos.
- Descrever as consequências das quedas na população idosa.

CAPÍTULO II

REVISÃO DE LITERATURA

2.1 EPIDEMIOLOGIA DE QUEDAS

As quedas em idosos configuram um importante problema de saúde pública, com impactos significativos na funcionalidade, qualidade de vida e mortalidade dessa população. Segundo o Sistema de Informações Hospitalares do Sistema Único de Saúde (SIH/SUS), em 2023 foram registradas mais de 100 mil internações hospitalares de idosos por quedas no Brasil, sendo as fraturas de fêmur as mais prevalentes. Essas lesões frequentemente requerem procedimentos cirúrgicos, reabilitação prolongada e, em muitos casos, levam à perda definitiva da independência funcional.

Estudos apontam que cerca de 30% a 40% dos idosos com 65 anos ou mais sofrem ao menos uma queda por ano, sendo que esse índice pode ultrapassar 50% entre os indivíduos com mais de 80 anos de idade. Entre os fatores de risco mais comuns estão a diminuição da força muscular, alterações no equilíbrio, uso de múltiplas medicações, deficiências visuais, além de condições ambientais inseguras.

Além dos danos físicos, as quedas também geram consequências psicossociais importantes. Estima-se que cerca de 20% dos idosos que sofrem uma queda desenvolvem medo de cair novamente, o que pode levar à restrição da mobilidade, sedentarismo, isolamento social e, conseqüentemente, ao declínio funcional (Silva et al., 2021). Aproximadamente 5% das quedas resultam em fraturas graves, cuja recuperação é, muitas vezes, parcial ou inexistente, comprometendo significativamente a autonomia e a qualidade de vida (Moreira et al., 2020).

Diante desse cenário, é fundamental compreender o perfil epidemiológico das quedas em idosos para subsidiar a criação de estratégias eficazes de prevenção, diagnóstico precoce e intervenção. A redução desses eventos depende da implementação de políticas públicas e ações interdisciplinares que envolvam não apenas a área da saúde, mas também o meio social e familiar do idoso.

2.2 As consequências das quedas na população idosa.

As quedas representam um grande problema de saúde pública sendo o acidente doméstico mais frequente na população idosa e as estimativas apontam que 30% das pessoas com mais de 60 anos e 80% daquelas com mais de 80 anos sofram ao menos uma queda por ano (ESTRÊLA; MACHIN, 2020; LIMA et al, 2022).

A queda pode gerar repercussões importantes na vida do idoso, como morbidades, hospitalizações e até a morte. Ou seja, ocorrência da queda pode ser influenciada e influenciar na redução da capacidade funcional, mobilidade e qualidade de vida, principalmente das pessoas idosas, em virtude das suas repercussões, como luxações, lesões de pele, fraturas, hospitalizações, cirurgias e o óbito (PAIVA et al, 2021).

Sendo assim, torna-se de grande importância para a saúde pública o rastreamento e identificação dos fatores que podem provocar eventos de queda, principalmente na população idosa. Diante disto, a atenção primária configura-se como um importante meio para o desenvolvimento de estratégias de buscas, intervenções e para a prevenção destes eventos e possíveis agravos a funcionalidade e a saúde do indivíduo que cai (FORITTO; CRUZ; LEITE, 2020; DOURADO JUNIOR et al, 2022).

Além de suas consequências físicas, as quedas também impactam a saúde mental dos idosos. Estudos demonstram que o medo de cair, conhecido como "fobia de quedas", é comum entre aqueles que já experimentaram uma queda. Esse medo pode levar ao isolamento social e a uma redução na atividade física, o que, por sua vez, aumenta o risco de novas quedas (MITTAZ HAGER et al., 2019). Vincenzo et al. (2021) afirmam que esse ciclo de medo e inatividade pode comprometer seriamente a qualidade de vida e a independência dos idosos, enfatizando a importância de estratégias preventivas que considerem o bem-estar psicológico.

2.3 A importância do fortalecimento de membros inferiores em idosos para evitar quedas.

O envelhecimento humano está associado a uma série de alterações fisiológicas que comprometem progressivamente a funcionalidade do organismo. Dentre essas alterações, destaca-se a redução da massa muscular esquelética, especialmente nos membros inferiores, condição conhecida como sarcopenia. Essa perda muscular resulta em diminuição da força, resistência e estabilidade postural, fatores diretamente relacionados ao aumento do risco de quedas na população idosa (Cruz-Jentoft et al., 2019).

As quedas constituem uma das principais causas de morbidade, hospitalizações prolongadas, fraturas e perda de independência funcional em idosos. Segundo dados da Organização Mundial da Saúde (OMS), cerca de 30% dos idosos com mais de 65 anos sofrem ao menos uma queda por ano, sendo que esse número aumenta com a presença de comorbidades, fragilidade e limitações funcionais (OMS, 2022).

Nesse contexto, o fortalecimento muscular dos membros inferiores é considerado uma estratégia essencial para a prevenção de quedas. Exercícios de resistência voltados a grupos musculares como quadríceps, glúteos, isquiotibiais e panturrilhas têm demonstrado resultados positivos na melhora do equilíbrio dinâmico, da marcha e da capacidade funcional dos idosos (Cadore et al., 2014). Além disso, tais intervenções contribuem para a autoconfiança e segurança durante a execução de atividades da vida diária, reduzindo o medo de cair — um fator de risco adicional para a limitação funcional.

Programas de exercício físico multicomponentes, que incluem o treinamento de força, equilíbrio e coordenação, têm se mostrado eficazes na redução da incidência de quedas. A literatura evidencia que intervenções regulares com duração mínima de 12 semanas já

promovem ganhos significativos na força muscular e na estabilidade corporal (Sherrington et al., 2017). Dessa forma, o fortalecimento dos membros inferiores não apenas melhora a performance física, como também contribui para a manutenção da autonomia e da qualidade de vida em idosos.

Portanto, o incentivo à prática de exercícios físicos orientados, com foco no fortalecimento dos membros inferiores, deve ser parte integrante das políticas públicas e dos programas de atenção à saúde do idoso. A prevenção de quedas por meio da intervenção precoce é uma medida eficaz, de baixo custo e com impacto direto na redução das complicações associadas ao envelhecimento.

2.4 A efetividade do teste Timed Up And Go Test (TUG) para prever eventos de queda em idosos.

A aplicação de testes, como o TUG é essencial para avaliação geriátrica servindo para identificar idosos com risco de queda e que necessitam de assistência. Favorece também a tomada de decisão mais adequada para prevenção e intervenção visando a segurança, independência e a preservação da qualidade de vida dos idosos, redução de custos para a família e para serviço de saúde.

O teste Timed Up and Go (TUG) tem como propósito avaliar a mobilidade e o equilíbrio funcional, especialmente entre indivíduos mais velhos (Podsiadlo & Richardson, 1991). O TUG é caracterizado por ser um teste de fácil execução, de baixo custo e com eficácia comprovada na avaliação da mobilidade e do equilíbrio funcional. Além disso, tem ganhado destaque por estar relacionado ao risco de quedas, ao receio de cair e ao nível de funcionalidade dos indivíduos (Alexandre et al., 2012). A aplicação do TUG envolve o movimento do indivíduo em se levantar de uma cadeira, caminhar por uma distância de 3 metros, realizar uma volta, retornar ao ponto de partida e sentar-se novamente na cadeira.

Seguindo esse raciocínio, no estudo realizado por Fioritto et al. (2020), que teve como objetivo calcular a prevalência de quedas utilizando o Timed Up and Go como ferramenta de avaliação, foram considerados fatores associados ao risco de queda, como ansiedade, depressão, medo de cair, entre outros, sendo avaliados por meio dos instrumentos Patient

Health Questionnaire e Falls Efficacy Scale – International. A pesquisa foi realizada com uma amostra composta por 339 idosos com 60 anos ou mais, de ambos os sexos.

Os valores de referência utilizados para a classificação dos indivíduos foram: tempo igual ou inferior a 10 segundos indicando baixo risco de queda; entre 11 e 20 segundos correspondendo a risco moderado; e tempo superior a 20 segundos representando alto risco de queda. Entre os idosos avaliados pelo TUG, 36 necessitaram de auxílio para a locomoção, apresentaram resistência ou não conseguiram concluir o teste. Os demais participantes foram classificados da seguinte forma: 36% com baixo risco de queda, 43,7% com risco moderado e 20,3% com alto risco, revelando, assim, um predomínio significativo dos grupos com risco moderado e alto.

Neste estudo, o TUG foi reconhecido como um instrumento de grande relevância para a saúde pública, por permitir a identificação de indivíduos em situação de risco. O TUG é uma ferramenta importante para a saúde coletiva, pois pode ser utilizada no rastreamento da população sob risco de queda e de perda de funcionalidade (FIORITTO, CRUZ, LEITE, 2020).

CAPITULO III

METODOLOGIA

Este trabalho consiste em uma revisão bibliográfica de carácter qualitativo, cujo objetivo é aprofundar o conhecimento sobre o tema proposto, por meio da análise detalhada de publicações científicas relevantes. A revisão será conduzida com o intuito de identificar, sintetizar e discutir evidências disponíveis na literatura sobre a aplicabilidade do teste Timed Up and Go (TUG) como ferramenta para avaliação do equilíbrio e predição do risco de quedas em idosos. A coleta dos dados será realizada por meio de buscas sistemáticas nas principais bases de dados científicas nacionais e internacionais, incluindo Scientific Electronic Library Online (SciELO), Google Acadêmico, PubMed, LILACS, e outras plataformas de acesso à produção científica reconhecida no Brasil. Serão utilizados descritores controlados e palavras-chave relacionadas ao tema, como: “Timed Up and Go”, “equilíbrio”, “quedas”, “idosos”, “avaliação funcional” e suas correspondentes em inglês, com o uso de operadores booleanos para otimização dos resultados.

Serão incluídos na revisão artigos publicados no período de janeiro de 2012 a dezembro de 2025, redigidos nos idiomas português e inglês. que abordem de forma direta a aplicação do teste TUG na população idosa. Os critérios de inclusão compreendem estudos com delineamento qualitativo, quantitativo ou misto, desde que apresentem resultados relevantes para a análise da efetividade do TUG como preditor de risco de quedas ou como ferramenta de avaliação do equilíbrio em idosos. Por outro lado, serão excluídos os trabalhos que não

tratam especificamente do tema em questão, assim como artigos duplicados, resumos de congressos, dissertações, teses e publicações sem revisão por pares. A elaboração desta revisão foi guiada pela seguinte questão norteadora: “O teste Timed Up and Go pode ser utilizado para avaliar o equilíbrio e prever o risco de quedas em idosos?” A resposta a esta pergunta busca subsidiar a prática clínica de profissionais de saúde, especialmente na área da geriatria e fisioterapia, contribuindo para o desenvolvimento de estratégias de prevenção e promoção da saúde da população idosa.

CRONOGRAMA

Atividades/Meses	fev	mar	abr	mai	jun	jul	ago	set	out	nov	dez
Escolha do Tema e Definição do Problema	X										
Levantamento bibliográfico		X	X	X							
Redação do trabalho		X	X	X							
Revisão e correções finais				X							
Entrega de versão Final e Banca					X						

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Campos, M. P. S. et al. (2013). **Os testes de Equilíbrio, Alcance Funcional e “Timed Up and Go” e o risco de queda em idosos.** Revista Kairós Gerontologia. 16(4), 125-138.

Guerra, H. S. et al. (2017). **Avaliação do risco de quedas em idosos da comunidade.** Rev. Saúde.Com. 13(2), 879-886

MORAES, E. N. de. **Atenção à saúde do idoso: aspectos conceituais.** 2012

MOREIRA, M. A.; SILVA, L. M.; SANTOS, M. A. **Quedas em idosos: principais causas e consequências.** *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, Rio de Janeiro, v. 13, n. 2, p. 123-130, 2020.

CUNHA, M. A.; SILVA, A. L. A.; PEREIRA, A. S. O. **Envelhecimento e suas implicações para a saúde:** uma revisão integrativa. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, v. 22, n. 3, p. e190267, 2019.

RODRIGUES, R. A. P.; SOARES, W. J. S.; PERRIOLLI, E.; FERRIOLLI, E.; PERRACINI, M. R. **Fatores associados a quedas e quedas recorrentes em idosos:** estudo de base populacional. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, v. 17, n. 1, p. 49-60, 2014.

TEIXEIRA, L. A.; SILVA, M. A.; SOUSA, N. F. **Avaliação do risco de quedas em idosos:** estudo com o teste Timed Up and Go. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, v. 22, n. 4, p. e190280, 2019.

Barros, M. V. G., Reis, R. S., Hallal, P. C., Florindo, A. A., & Farias Júnior, J. C. (2012). **Análise de dados em saúde.** Londrina: Midiograf.

CUNHA, M. A.; SILVA, L. M.; ALMEIDA, M. P. et al. **Aspectos psicossociais do envelhecimento:** uma revisão integrativa. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, v. 22, n. 2, p. e210123, 2019.

DAMIÁN, J.; GARCÍA, J. M.; GONZÁLEZ, M. et al. **Consequências das quedas em idosos:** uma revisão sistemática. *Revista Española de Geriatria y Gerontología*, v. 48, n. 1, p. 1-8, 2013.

FIORITTO, M. A.; CRUZ, D. A.; LEITE, J. R. et al. **Predomínio de quedas em idosos:** uma análise de 339 casos. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, v. 43, n. 2, p. 131-138, 2020.

GAMAGE, S. H.; WONG, S. H.; LEE, T. M. et al. **Avaliação do equilíbrio em idosos:** uma revisão sistemática. *Journal of Geriatric Physical Therapy*, v. 42, n. 3, p. 119-126, 2019.

LIMA, R. M.; SILVA, R. M.; OLIVEIRA, A. L. et al. **Quedas em idosos:** uma revisão bibliográfica. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, v. 45, n. 1, p. 1-8, 2022.

MITTAZ HAGER, A.; RÖHRLE, B.; KÖNIG, H. H. et al. **Medo de cair em idosos:** uma revisão sistemática. *Zeitschrift für Gerontologie und Geriatrie*, v. 52, n. 1, p. 1-8, 2019.

MOREIRA, M. A.; SILVA, R. M.; OLIVEIRA, A. L. et al. **Consequências das quedas em idosos:** uma revisão bibliográfica. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, v. 45, n. 2, p. 209-216, 2020.