

PREVENCIÓN DE CAÍDAS DESPUÉS DE SUFRIR UNA CAÍDA

HOSP. UNIVERSITARIO MÉDICO-QUIRÚRGICO DE JAÉN

Las consecuencias derivadas de las caídas es la causa principal de las fracturas de los pacientes que acuden a la unidad de fisioterapia, siendo esta la causa de la demanda más solicitada en nuestra unidad.

Por ello la demanda asistencial de tratamientos fisioterápicos en este tipo de diagnósticos en nuestra unidad de fisioterapia nos lleva a realizar un estudio sobre este tipo de clínica.

Objetivo:

- Realizar un estudio de los pacientes en nuestra unidad.
- Identificar el origen de las fracturas.
- Adecuación y diseño de un plan de actuación para prevenir las futuras caídas en aquellos pacientes con recidivas (caídas).
- Informar a los pacientes sobre la prevención de las caídas en su entorno y sus consecuencias.

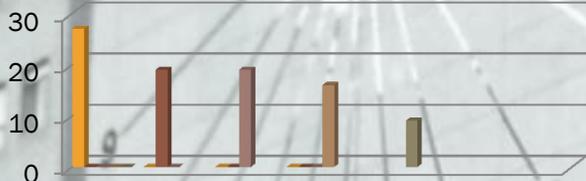
METODO

Durante el periodo de enero y febrero del 2012 se recogen los datos relativos de los pacientes de la unidad de rehabilitación siendo este un total de 27 pacientes los que acudieron a la unidad de fisioterapia, de los cuales 16 fueron por fracturas por caídas.

Los datos que se recogen son:

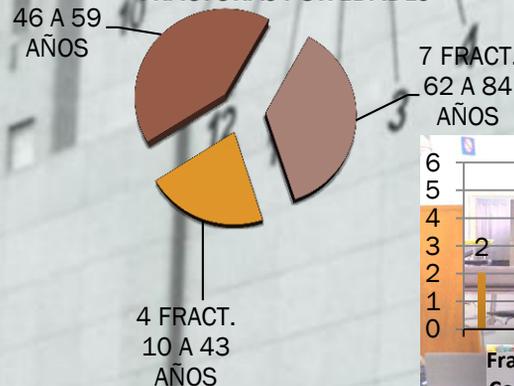
- Diagnóstico por el cual ha sido derivado a rehabilitación.
- Edad de los pacientes
- Consecuencia que desencadena las fracturas.
- Búsqueda en el historial clínico del paciente si sufrió caídas anteriores a la que le llevaron a la actual por la que esta en nuestra unidad.

RESULTADOS

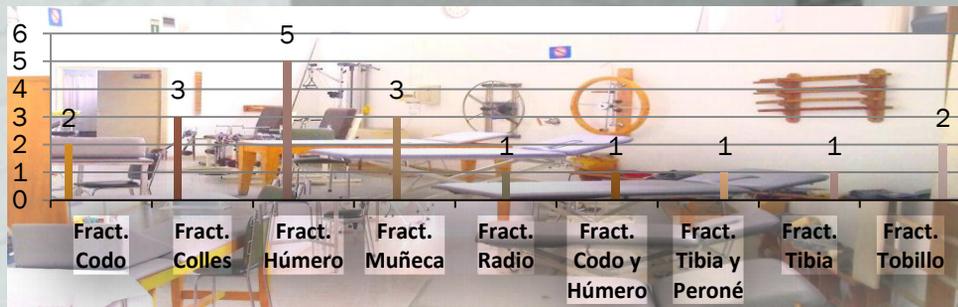


- 27 Pacientes
- 19 Fracturas
- 19 Caídas
- 16 Fracturas a causa de la caída.
- 9 Caídas con historia de caídas anteriores.

FRACTURAS POR EDADES



Fot. de Fractura Colles



CONCLUSIONES

En las caídas hay indicadores que influyen en que las fracturas que se producen son a consecuencia de caídas tales como; la edad del paciente, historial clínico con tendencia a caídas (recidivas).

La intervención del fisioterapeuta en la recuperación funcional específica de la fractura es esencial, además sería repercutible significativamente un plan de actuación educativo-terapéutico que incluyese:

- Un programa de detección de aquellos pacientes con recidivas para prevenir futuras caídas, por ejemplo; ejercicios de propiocepción, equilibrio...
- Elaboración de un tríptico con imágenes en el que se informase al paciente adecuación de su entorno domiciliario para evitar futuras caídas o la gravedad de estas.
- Plan de ejercicio físico apropiado que incluyese higiene postural, siendo muy recomendable por los beneficios que reporta en la musculatura y densidad ósea.
- Recomendación de actividades manuales, ya que favorecen la coordinación motora.