Prevención de caídas en pacientes ancianos con fractura pertrocantérea.

AUTOR: Noemí Díaz Marcos

Introducción:

Las fracturas pertrocantéreas en los pacientes ancianos son frecuentes, y representan un capítulo importante del trauma en nuestro medio.

En España se producen anualmente unas 33.000 fracturas de cadera. La incidencia global es de unos 517 casos por 100.000 ancianos y año (270 casos/100.000 varones y 695/100.000 mujeres Hay estudios que estiman que, a nivel mundial, la incidencia de fractura de cadera superará los 6 millones en el año 2050. Son más frecuentes en mujeres, debido a la elevada prevalencia de osteoporosis.

La incidencia de fracturas en las extremidades aumenta en forma exponencial después de los 80 años, la osteoporosis y la disminución del ángulo cervico diafisária del fémur con la edad, alteran la arquitectura ósea y favorecen las fracturas de fémur en los pacientes ancianos.

Actualmente suponen el 35% de todas las intervenciones en traumatología, con un problema socioeconómico de primer orden. La mortalidad a los 3 meses está situado en diversos estudios entre el 5 y e 10%.

En las personas mayores, tan importante como la calidad del hueso son los golpes que se le den a éste. Por eso las caídas, son un factor esencial en el riesgo de padecer fracturas de cadera.

Una de las principales diferencias de los ancianos respecto de los más jóvenes, es que basta una pequeña cantidad de energía para que, en el contexto de un hueso poco resistente, se produzca la fractura, añadiéndole a ésto, las enfermedades previas asociadas graves (especialmente cardiacas y demencias) y dependencias previas.

Métodos:

Se ha realizado una revisión bibliográfica en las bases de datos y en protocolos de nuestro hospital sobre la prevención de caídas en pacientes con fractura de fémur .

Objetivos:

Identificar los factores de riesgo que provocan caídas. Determinar la importancia de la seguridad en el cuidado del anciano.

Resultados:

En varios estudios se ha encontrado la importancia de determinar los factores de riesgo que provocan caídas para su prevención, así como, la seguridad del anciano adaptando el entorno.

1.Factores de riesgo	
Factor intrínseco	➢Deterioro funcional ➢Deterioro cognitivo ➢Déficit visual y/o auditivo ➢Artropatia degenerativa ➢Edad > 80 años ➢Caídas previas ➢Movilización y deambulación sin solicitar ayuda. ➢Posoperatorios inmediatos. ➢Uso de dispositivos externos que pueden interferir en la movilidad.
2.Seguridad	
Adaptación del entorno	➢Barandas de la cama ➢Timbre de llamada. ➢Dotación de la habitación. ➢Ubicación muebles y enseres ➢ Sin acompañamiento. ➢Cables eléctricos sujetos. ➢Suelo libre sin objetos. ➢Calzado cerrado con suela de goma. ➢Iluminación. ➢Andador cuando sea necesario.

Conclusiones:

Las fracturas de fémur en ancianos aumentan la morbimortalidad del paciente, aumentando el tiempo de estancia hospitalaria y el consumo de recursos.

La prevención de caídas es un esfuerzo multifactorial y multidisciplinario.

Una proporción importante de las caídas y lesiones relacionadas con ellas que presentan los adultos mayores se deben a varios factores de riesgo, muchos de los cuales probablemente se pueden modificar o eliminar con intervenciones específicas para la prevención de caídas, lo que representaría una significativa disminución en las fracturas.

Podemos concluir que nos encontramos ante un proceso de enorme trascendencia por su frecuencia, coste, gravedad y potencial incapacitante. Por tanto es necesario mantener y mejorar nuestros esfuerzos en su prevención, reparación y recuperación, para que abordemos el problema en todos sus frentes.

Bibliografia:

1.Sgaravatti A. Factores de riesgo y valoración de las caídas en el adulto mayor. Carta Geriátrico Geróntológica 2011; 4(1)9-14.

2. Rose DJ, Hernandez D. The Role of Exercise in Fall prevention for Older Adults. Clin Geriatr Med 26 (2010) 607-631.

3. McClure R, Turner C, Peel N, Spinks A, Eakin E, Hughes K . Population-based interventions for the prevention of fall-related injuries in older people.The Cochrane database of systematic reviews2005, Vol. 1, 2005.

Institut Català de la Salut