

# RECOMENDACIONES SOBRE LA PREVENCIÓN DE CAÍDAS EN EL PACIENTE ANCIANO. REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA

López Sánchez, Rosario M; Martínez Ruiz, Jesús

## INTRODUCCIÓN

Las caídas representan un problema importante dentro de las Síndromes geriátricas, cuyas consecuencias suponen un gasto sanitario elevado. Cerca de un tercio de las personas mayores se cae cada año, cifras que aumentan con la edad y en ancianos frágiles. En España, un país con una población de ancianos de cerca de 7.500.000 personas, el 16,7% en relación al total, está especialmente afectado por este problema. Por ello, para reducir la incidencia de estas caídas y prevenirlas son necesarias unas guías de actuación adecuadas.

## OBJETIVOS

*General:* Identificar similitudes y diferencias entre las distintas guías de práctica clínica (GPC) y procedimientos, dirigidos a la prevención de caídas en el anciano.

*Específico:* Contrastar los diferentes niveles de evidencia en las recomendaciones preventivas encontradas en los documentos que tratan sobre las caídas de ancianos.

## MATERIAL Y MÉTODO

Revisión sistemática de GPC, consultando las bases de datos Medline, Cuiden, Biblioteca Nacional en Salud, Scielo, Joanna Briggs Institute y Cochrane Library, acotando un periodo de 10 años.

Se seleccionaron 3 documentos: 1 Revisión bibliográfica y 2 GPC. Como criterio de inclusión nos centramos en la prevención de las caídas antes de producirse, quedando así excluidos todos los protocolos de intervención a pacientes que ya hayan sufrido caídas.

## CONCLUSIÓN

Tras el análisis de los documentos, afirmamos que existen similitudes respecto a las recomendaciones en las GPC y procedimientos a seguir, así como desavenencias relevantes que pone de manifiesto el desacuerdo entre diferentes autores y sus estudios.

## Bibliografía

- Virani T., Schouten JM., McConnell H., Lappan-Gracon S., Santos J., Russel B., et al. Prevención de caídas y lesiones derivadas de las caídas en personas mayores. Guía de buenas prácticas en enfermería. Asociación Profesional de Enfermeras de Ontario (RNAO). 2011. [http://www.evidenciaencuidados.es/es/attachments/article/46/PrevencionCaídas\\_022014.pdf](http://www.evidenciaencuidados.es/es/attachments/article/46/PrevencionCaídas_022014.pdf) (último acceso 03 Abril 2015)
- Gómez Pavón J., Martín Lesende I., Regato Pajares P., Baztán Cortés J., Formiga Pérez F., Segura Benedito A., et al. 1.ª Conferencia de Prevención y Promoción de la Salud en la Práctica Clínica en España. Prevención de la dependencia en las personas mayores. Ministerio de Sanidad y Consumo 2007. <http://www.msssi.gob.es/profesionales/saludPublica/prevPromocion/conferenciaPPS/conferencia.htm> (último acceso 03 Abril 2015)
- Lumbreras Lacarra B, Gómez Sáez N, Donat Castelló L, Hernández Aguado I. Caídas accidentales en ancianos: situación actual y medidas de prevención. Departamento de Salud Pública. Universidad Miguel Hernández de Elche. San Juan de Alicante. Trauma Fundación MAPFRE 2008; Vol. 19 n° 4:234-241. [http://www.mapfre.com/fundacion/html/revistas/trauma/v19n4/pag02\\_06\\_res.html](http://www.mapfre.com/fundacion/html/revistas/trauma/v19n4/pag02_06_res.html) (último acceso 03 Abril 2015)

## RESULTADOS

	RNAO (Registered Nurses Association of Ontario) (1)	1.ª Conferencia Prevención dependencia ancianos. (2)	NICE (National Institute for Health and Clinical Excellence) (3)	EUNESA España (European Network for Safety among Elderly) (3)
Identificación del caso/riesgo	NI: Ib GR: B	GR: A	Recomiendan su uso.	Recomiendan su uso.
Valorar los riesgos de caídas tras una caída.	NI: Ib GR: B	GR: A	Recomiendan su uso.	Recomiendan su uso.
Ejercicio: Entrenamiento del equilibrio y fortaleza	NI: Ib GR: I	GR: A	Recomiendan su uso.	Recomiendan su uso.
Intervenciones multifactoriales	NI: Ia GR: B	GR: A	Recomiendan su uso.	Recomiendan su uso.
Revisiones periódicas de la medicación.	NI: Ib GR: B	GR: B	Recomiendan su uso.	Recomiendan su uso.
Protectores de cadera	NI: Ib GR: B	GR: A	No recomiendan por falta de evidencia.	Recomiendan su uso.
Vitamina D	NI: IV		No recomiendan por falta de evidencia.	Recomiendan su uso.
Educación del paciente y cuidadores.	NI: IV	GR: B	Recomiendan su uso.	Recomiendan su uso.
Modificación del entorno	NI: Ib	GR: A	Recomiendan su uso.	Recomiendan su uso.
Promoción de la participación en programas preventivos.	NI: IV	GR: B	Recomiendan su uso.	Recomiendan su uso.
Corrección problemas visuales.			No recomiendan por falta de evidencia.	Recomiendan su uso.
Intervenciones conductuales o cognitivas.			No recomiendan por falta de evidencia.	Recomiendan su uso.