

FRACTURA DE CADERA: mejor prevenir que curar

Autores: Narváez Cano, Pilar ; Torres Valenzuela, Alba

INTRODUCCIÓN

La fractura de cadera es una lesión que ocurre principalmente en personas de edad avanzada (el 90% en >65 años) causadas generalmente por una caída o por fractura por osteoporosis del hueso. A nivel mundial se producen 1,6 millones de fractura de cadera por año. En España este tipo constituye el 20% de todas las fracturas. La fractura de cadera se asocia a dependencia, invalidez y mortalidad.

OBJETIVOS:

- Demostrar que prevención primaria con suplementos no evita la fractura de cadera.
- Demostrar que la rehabilitación post fractura de cadera no disminuye el índice de mortalidad ni mejora las complicaciones asociadas a esta.



MÉTODO

Revisión bibliográfica en la base de datos de Cochrane, Scielo y Cuiden sobre revisiones llevadas a cabo desde el año 2010 hasta 2015 mediante los descriptores: fractura de cadera, prevención, rehabilitación, suplementos.

RESULTADOS

El riesgo de morir tras fractura de cadera está aumentado en los 3 primeros meses y disminuye después sin recuperar valores normales, tasa de mortalidad en torno 25% al año. El 30% que sobrevive camina con ayuda mecánica, el 50% requiere asistencia y el 20% se tornan totalmente dependientes.

No existen datos que demuestren que la rehabilitación post-fractura disminuye la mortalidad durante los 3 primeros meses. En este campo de rehabilitación no hay resultados estadísticamente significativos, es decir, ayuda pero no disminuye la mortalidad ni complicaciones.

Grandes estudios aleatorizados no aportan datos contundentes sobre los suplementos de vitamina D y Calcio ni que estos disminuyan la incidencia de fracturas de cadera.

CONCLUSIÓN

Por tanto sigue siendo la prevención primaria la mejor actitud a adoptar, evaluando los factores de riesgo y evitando el riesgo de caídas, ya que una vez producida la fractura de cadera las complicaciones van junto a ella. Se debe seguir trabajando en grandes tareas de prevención, es decir, soluciones más complejas ya que no está claro que los suplementos sean suficiente, ni que la rehabilitación consiga mejores resultados...sino una suma de varios factores.

BIBLIOGRAFIA

Fractura de cadera y riesgo de muerte en mayores de 50 años. Cochrane DatabaseSystRev 2011; 14:

Helen HG Handoll, Ian D Cameron, Jenson CS Mak, Terence P Finnegan. Rehabilitación multidisciplinaria para personas mayores con fractura de cadera (Revision Cochrane traducida). En: Biblioteca Cochrane Plus 2009 Número 4. Oxford: Update Software Ltd. Disponible en: <http://www.biblioteca.cochrane.com>. (Traducida de The Cochrane Library, 2009 Issue 4 Art no. CD007125. Chichester, UK: John Wiley& Sons, Ltd.)

Riesgos y beneficios de la suplementación con calcio y vitamina D. Cochrane DatabaseSystRev 2011; 14:

