

FACTORES DE RIESGO EXTRÍNSECOS DE LAS CAÍDAS EN LOS MAYORES: Revisión bibliográfica

López Legaza, Rocío ^{1,2}; López Robles, Jose Miguel ¹; Moreno Calvo, Miriam ¹

¹ Alumno de Posgrado de la Universidad de Granada

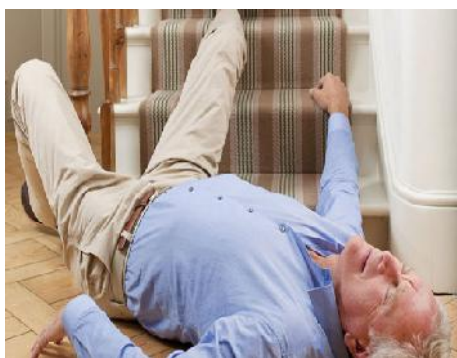
² Enfermera en la Unidad de Estancia Diurna CATEDI, Granada

INTRODUCCIÓN

Las caídas son acontecimientos involuntarios que hacen que la persona pierda el equilibrio y su cuerpo precipite al suelo contra su voluntad. Las consecuencias de las caídas son graves para las personas mayores, presentando una alta incidencia y elevada prevalencia de lesiones. Según algunos estudios, en España entre un tercio y la mitad de las personas mayores de 65 años sufren caídas cada año.

OBJETIVOS

Analizar la evidencia científica de los factores de riesgo extrínsecos de las caídas de las personas mayores en atención primaria (AP).



MATERIAL Y MÉTODOS

Se realizó una búsqueda en las bases de datos: PubMed y CINAHL. Las palabras clave utilizadas para la búsqueda fueron “extrinsic factors” and “falls” and “elderly”. Se examinaron los títulos y resúmenes de los posibles artículos que podían ser seleccionados, después se leyeron los textos completos de los artículos que parecían destacados. Tras realizar la búsqueda en las bases de datos científicas se identificaron 34 títulos escritos en inglés. Excluimos artículos porque las variables de medida no coincidían con nuestro objetivo de estudio y se seleccionaron 15 artículos.

BASE DE DATOS	ARTÍCULOS ENCONTRADOS	ARTÍCULOS SELECCIONADOS
PUBMED	29	12
CINAHL	5	3
TOTAL	34	15

RESULTADOS

Entre los factores de riesgo extrínsecos que afectan con mayor frecuencia a los mayores se encuentran: presencia de alfombras, ausencia de pasamanos y suelos antideslizantes, interruptores dispuestos en lugares de difícil acceso y alejados de la entrada de las habitaciones de la casa, suelos con cambios de topografía, mala iluminación, baños no adaptados, altura de camas inadecuada, ingresos inferiores al salario mínimo, estancias hospitalarias prolongadas, uso de ayudas técnicas para el traslado y no tener compañero.

CONCLUSIONES: Es necesario llevar a cabo medidas preventivas para actuar sobre los factores de riesgo extrínsecos. Los profesionales sanitarios de AP pueden ayudar a los ancianos a prevenir las caídas y además, tienen funciones y responsabilidades específicas cuando trabajan con personas mayores que ya se han caído. Las visitas domiciliarias son importantes para identificar los factores de riesgo permitiendo establecer medidas preventivas.

BIBLIOGRAFÍA:

Rodríguez-Molinero , NARVAIZA L , Gálvez-Barrón C , de la Cruz JJ , Ruiz J , Gonzalo N , et al. Falls in the Spanish elderly population: Incidence, consequences and risk factors]. Rev Esp Geriatr Gerontol. 2015; 50 (6): 274-80
Porto Gautério D, Zortea B, Costa Santos SS, da Silva Tarouco B, Lopes MJ, João Fonseca C. Risk Factors for new accidental falls in elderly patients at traumatology ambulatory center. Invest Educ Enferm. 2015;33 (1):35-43
Zhao YL, Kim H. Older Adult Inpatient Falls in Acute Care Hospitals: Intrinsic, Extrinsic, and Environmental Factors. J Gerontol Nurs. 2015; 41(7):29-43.