

“CAÍDAS EN ANCIANOS VÁLIDOS INSTITUCIONALIZADOS, PREVALENCIA Y FACTORES ASOCIADOS.”

B. Pellicer García, Dr. R. Juárez Vela, Dra. I. Antón Solanas, S. Guerrero Portillo, L.C. Redondo Castán, LM. García Moyano . **SANJORGE** 
GRUPO SANVALERO

Grupo de Investigación GIMACES, Facultad de Ciencias de la Salud Grado de Enfermería, Universidad San Jorge, Villanueva de Gállego, Zaragoza, España.
E-mail: bpellicer@usj.es

INTRODUCCIÓN

La OMS define caída como, *“acontecimientos involuntarios que hacen perder el equilibrio y dar con el cuerpo en tierra u otra superficie firme que lo detenga”*.⁽¹⁾ Actualmente, el 30% de las personas mayores de 65 años sufren al menos una caída anual. Este porcentaje aumenta conforme se incrementa la edad. En los personas mayores de 75 años asciende al 35%, y en mayores de 80 años se alcanzan cotas del 50%.⁽²⁾⁽³⁾ La etiología de las caídas es multifactorial.

OBJETIVOS

OBJETIVO GENERAL:

Estimar la prevalencia de caídas en ancianos válidos institucionalizados mayores de 65 años en una residencia geriátrica en los últimos 12 meses, tras la realización del estudio.

OBJETIVO ESPECÍFICO:

Obtener información de los factores asociados de las caídas en ancianos válidos institucionalizados.

RESULTADOS

ÉRDIDAS: se produjeron 9 pérdidas de los 60 ancianos que componían el censo antes del inicio del estudio. **RESULTADOS:** Los participantes reales del estudio fueron 51 ancianos, 19 varones (37,25%) y 32 mujeres (62,75%). En 12 meses se produjeron 21 caídas, lo que implica una prevalencia del 41,17% en ambos sexos, (38,09% en varones y 61,19% en mujeres). Se estudiaron diversas patologías, siendo las más prevalentes las cardiovasculares con un 72,54%, seguida de un 64,71% las óseas y un 64,70% las visuales. De los 51 participantes, 27 ancianos/as ingerían fármacos sedantes. De las 21 caídas, 16 ancianos tomaban dichos fármacos (76,19%). Tras un contraste de hipótesis mediante Chi-Cuadrado y el Test Fisher se obtuvo que la probabilidad de caída tomando fármacos sedantes era del 84,19%. Tras un estudio Anova se obtuvieron diferencias significativas del 5% entre fármaco y caída. Por tanto, cuanto mayor es el número de fármacos, el número de caídas aumenta.

ETIOLOGÍA DE LAS CAÍDAS

FACTORES INTRÍNSECOS	FACTORES EXTRÍNSECOS
Cambios propios del envejecimiento. Disminución de la marcha y el equilibrio, siendo un factor de riesgo para volver a caer. Enfermedades agudas y crónicas.	Polifarmacia. Factores ambientales. Mobiliario.
CONSECUENCIAS	
FÍSICAS: entre el 50% y el 70% de las caídas tienen consecuencias inmediatas. El 8% producen fracturas, siendo las más frecuentes cadera, pelvis, muñeca. ⁽⁴⁾	
PSICOLÓGICAS Y SOCIALES: disminución de las actividades físicas habituales. La prevalencia de miedo a caer se encuentra entre el 50% y 65%, mayormente en el sexo femenino. Institucionalización. ⁽⁵⁾	
SOCIOECONÓMICAS: gran impacto económico social y sanitario.	
MORTALIDAD: 6ª causa de muerte en los ancianos/as mayores de 75 años. ⁽⁵⁾	

MATERIAL Y MÉTODOS

ESTUDIO DESCRIPTIVO TRASVERSAL, mediante entrevista personal. Dictamen favorable del CEICA. **MUESTREO ALEATORIO SIMPLE:** entre las residencias geriátricas pertenecientes al sector II de Zaragoza. **ÁMBITO DEL ESTUDIO:** Residencia geriátrica. **CENSO ANTES DEL INICIO DEL ESTUDIO:** 60 ancianos, 21 varones (35%) y 39 mujeres (65%). **INSTRUMENTOS DE MEDIDA:** “MEC-35 (Lobo-1975)”, “Cuestionario de la OMS para el Estudio de Caídas”. **CRITERIOS DE INCLUSIÓN:** Hombres y mujeres, igual o > de 65 años, residente del geriátrico, puntuación MEC-35 igual o > 23, consentimiento. **CRITERIOS DE EXCLUSIÓN:** MEC-35 igual o < 23, ancianos < 65 años, con patología psiquiátrica grave, ancianos que no acepten consentimiento.

VARIABLES	DEFINICIÓN	ESCALA DE MEDIDA
EDAD	Igual o > de 65 años	Cuantitativa Discreta
SEXO	Hombre – Mujer	Cualitativa Dicotómica
ENFERMEDADES CRÓNICAS	Cardiovasculares, Óseas, Neurológicas, Auditivas, Visuales, De los pies, Psíquicas	Cualitativa Nominal
CONSUMO DE FÁRMACOS SEDANTES	Número total	Cuantitativa Discreta
CAÍDAS EN LOS ÚLTIMOS 12 MESES	Preguntas cuestionario de la OMS	Cualitativas - Cuantitativas

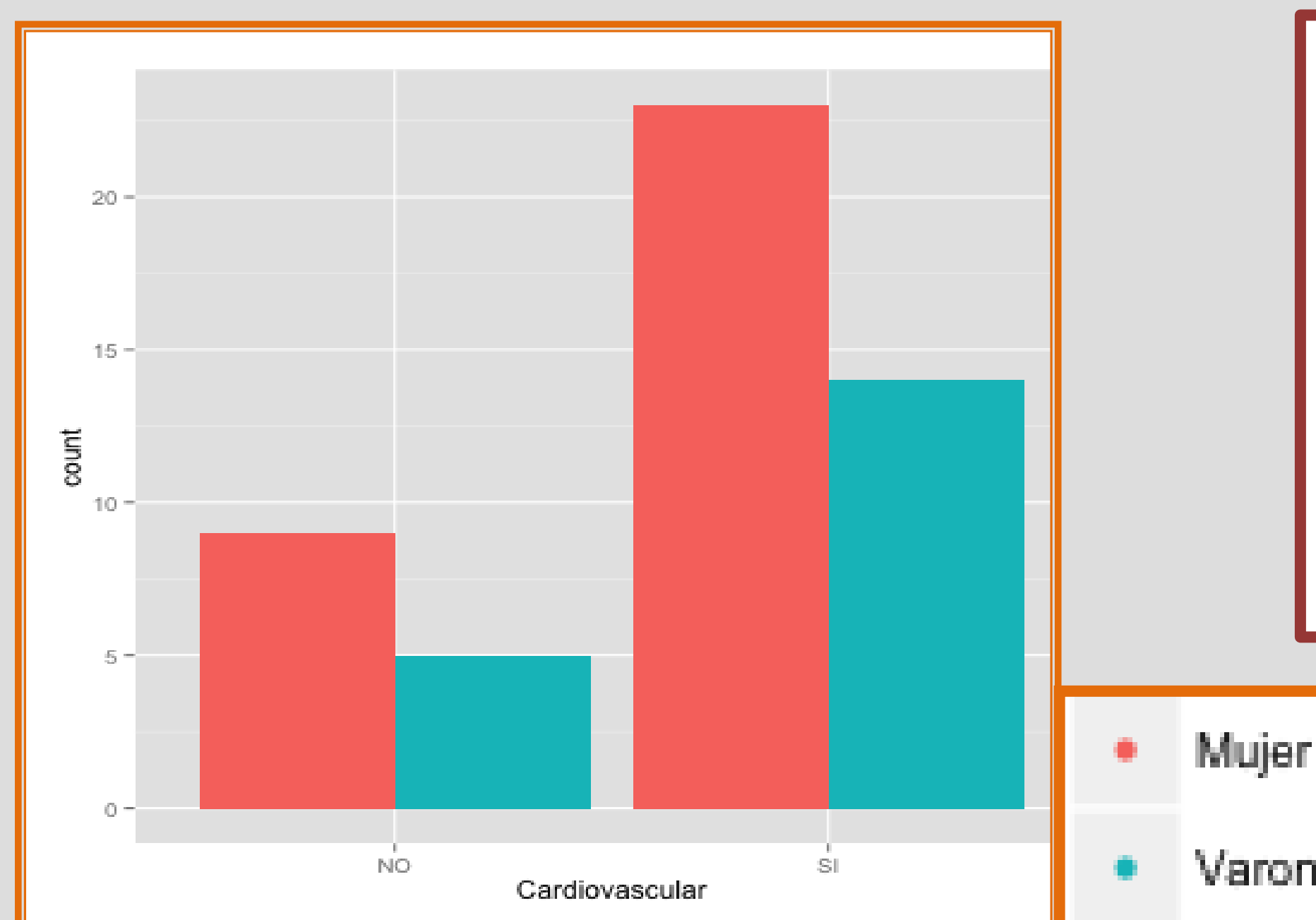


Gráfico 1: Patología cardiovascular – Ambos sexos.

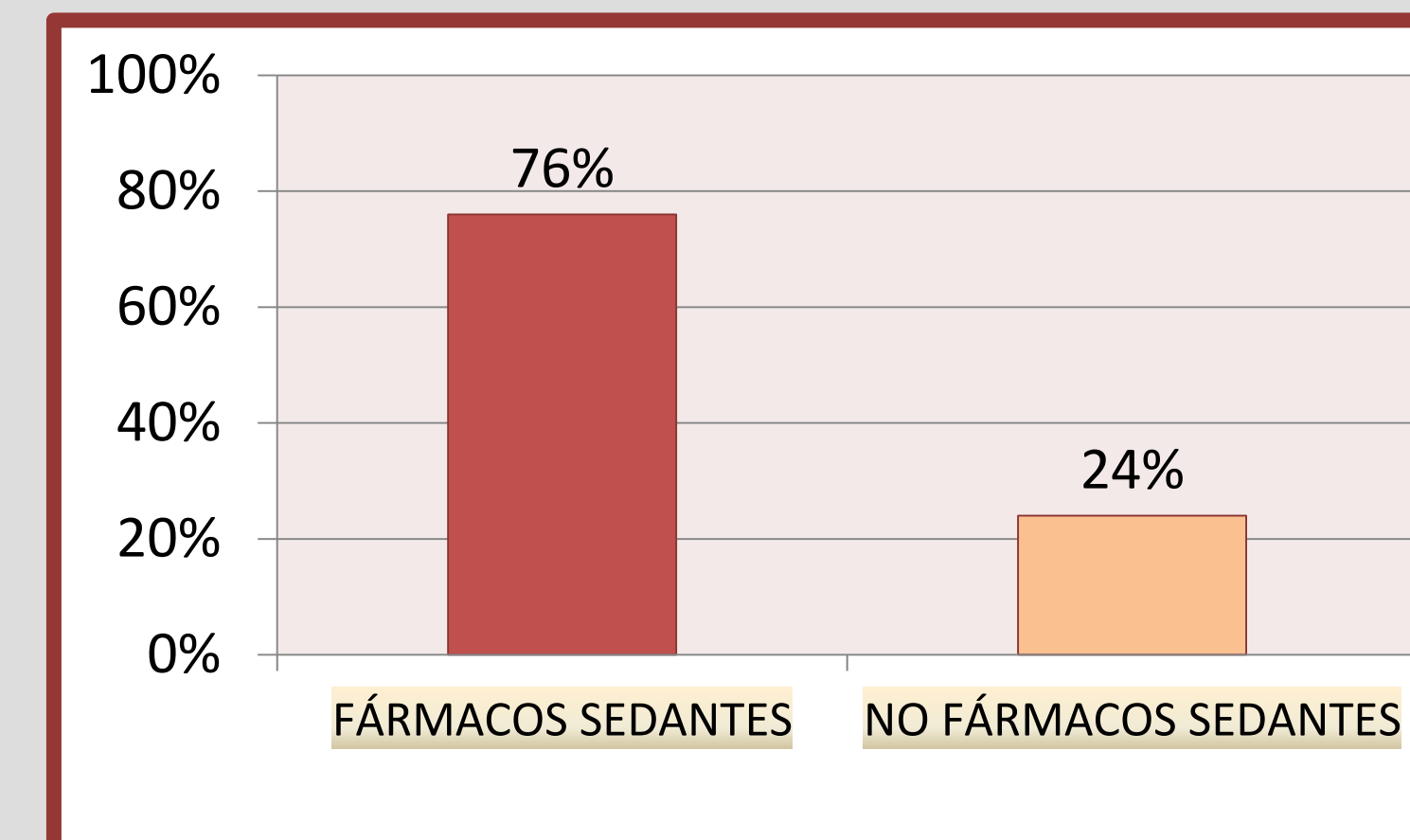


Gráfico 2: Caídas – Ingesta sedantes ambos sexos.

CONCLUSIONES

Los factores asociados a las caídas en nuestro estudio son la pluripatología, especialmente la cardiovascular, la polifarmacología incluida la toma de fármacos sedantes. Se hace necesario **valorar exhaustivamente los patrones del sueño de nuestros ancianos/as** para conocer si es necesario la toma de sedantes en éstos, ya que es un factor muy relacionado con la probabilidad de padecer caídas. Se puede observar una fuerte relación entre caerse e ingerir fármacos sedantes. Con una efectiva **valoración y prevención se podrá mejorar la calidad de vida de nuestros mayores**, incluida la esfera biopsicosocial y disminuir el elevado gasto socioeconómico que éstas conllevan.