



Actualización del documento de consenso sobre prevención de la fragilidad en la persona mayor (2022)

La *Actualización del Documento de Consenso sobre Prevención de la Fragilidad en la Persona Mayor (2022)* (1) es el resultado del trabajo realizado, tras una exhaustiva revisión de la evidencia científica y reuniones de consenso, por el Grupo de Trabajo de Prevención de Fragilidad y Caídas de la Estrategia de Promoción de la Salud y Prevención en el Sistema Nacional de Salud (EPSP) (2), formado por todas las comunidades y ciudades autónomas (CC. AA.), sociedades profesionales (SEMERGEN, SemFYC, SEMEG, SEGG, FAECAP, AEC) así como CIBERFES y otras personas expertas.

DATOS PRINCIPALES

Autores

Grupo de Trabajo de Prevención de Fragilidad y Caídas de la Estrategia de Promoción de la Salud y Prevención en el Sistema Nacional de Salud

Editor

Ministerio de Sanidad

Lugar de edición

Madrid

Año

2022

Número de páginas

69

ISBN

Pendiente de publicación

Depósito legal

Pendiente de publicación

Edición en línea



Autora de la reseña

Laura Sol Palacios Domínguez

Viene a actualizar el *Documento de consenso sobre prevención de fragilidad y caídas en la persona mayor* (3), aprobado por el Consejo Interterritorial del Sistema Nacional de Salud (SNS) en 2014, dando respuesta a la acción 1.b.1 recogida en la *Hoja de ruta para el abordaje de la fragilidad* (4), elaborada en el marco de la Estrategia de Promoción de la Salud y Prevención en el SNS y la Acción Conjunta europea ADVANTAGE (5), y aprobada por la Comisión de Salud Pública en 2019.

Esta actualización pone en relieve la importancia de la prevención, así como una pronta detección y tratamiento de la fragilidad en las personas mayores, ya que la fragilidad está constituida por factores modificables, sobre los que se puede actuar de forma precoz y, por lo tanto, se puede revertir, permitiendo que la población mayor tenga un envejecimiento activo y saludable, sin eventos de discapacidad ni dependencia.

En este documento se ponen a disposición de los profesionales sanitarios que trabajan con personas mayores las herramientas necesarias para captar a la población mayor subsidiaria de intervención, preferiblemente en Atención Primaria (AP), así como para realizar la detección precoz de una alta sospecha de fragilidad, de cara a indicar las principales intervenciones a llevar a cabo.

La metodología propuesta es realizar una captación oportunista o sistemática de la población mayor o igual de 70 años, preferiblemente por Enfermería o profesionales de la medicina, y aplicarles el Índice de Barthel para valorar si cumplen o no los criterios de inclusión. Si este índice da una puntuación mayor o igual a 90 puntos, la persona mayor será incluida en el programa de detección precoz de fragilidad; si es menor se derivará a otros programas más adecuados. La detección precoz se llevará a cabo realizando una de las pruebas de ejecución sugeridas (*Short Physical Performance Battery* [SPPB] o Velocidad de la marcha [VM] preferiblemente, o bien *Test get up and go* [TUG] o la Escala FRAIL cuando las anteriores no puedan llevarse a cabo) para considerar o no a la persona como con alta probabilidad de fragilidad. En caso afirmativo se realizará una Valoración Geriátrica Integral (VGI) y un Plan de Intervención Individualizado junto con la persona, en el que se indicarán las intervenciones que han demostrado mayor efectividad para el abordaje de la fragilidad, como son: programas de ejercicio físico multicomponente (como por ejemplo el programa VIVIFRAIL (6)); evaluación y recomendaciones nutricionales; la revisión y adecuación de la medicación. Es fundamental el apoyo en los recursos disponibles en el medio comunitario.

La valoración del riesgo de caídas se realizará simultáneamente tal y como se establece en el *Documento de consenso sobre prevención de fragilidad y caídas en la persona mayor* de 2014, que se revisará próximamente.

En un futuro, el reto será incluir en este programa la realización de pruebas diagnósticas como el Fenotipo de Fragilidad de Fried, la Escala de Rasgos de Fragilidad forma corta-5 items (*Frailty Trait Scale-5*, FTS-5) o el Índice de Fragilidad (*Frailty Index-FI*) para confirmar fragilidad, pero de escaso uso actualmente en AP en nuestro entorno.

Además, este documento propone, una vez que se haya instaurado el programa de forma adecuada en AP, que otros recursos comunitarios puedan detectar al paciente mayor con riesgo de fragilidad y derivarlo al centro de salud de cara a su abordaje. La publicación oficial de la actualización del documento estará disponible próximamente, pudiéndose consultar actualmente en formato borrador.

Por último, se acompaña de materiales de apoyo disponibles en la web (7), tanto para el profesional sanitario y los decisores políticos como para la ciudadanía. ©

Actualización
del documento
de consenso
sobre prevención
de la fragilidad
en la persona
mayor (2022).

LAURA SOL
PALACIOS
DOMÍNGUEZ

BIBLIOGRAFÍA



1. Ministerio de Sanidad. *Actualización del documento de consenso sobre prevención de la fragilidad en la persona mayor* (2022). Madrid; 2022. https://www.sanidad.gob.es/profesionales/saludPublica/prevPromocion/Estrategia/EnvejecimientoSaludable_Fragilidad/Fragilidadycaidas.htm
2. Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad. *Estrategia de Promoción de la Salud y Prevención en el Sistema Nacional de Salud*. Madrid; 2014. <https://www.sanidad.gob.es/profesionales/saludPublica/prevPromocion/Estrategia/docs/EstrategiaPromocionSaludyPrevencionSNS.pdf>
3. Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad. *Documento de consenso sobre prevención de fragilidad y caídas en la persona mayor*. Madrid; 2014. https://www.sanidad.gob.es/ca/profesionales/saludPublica/prevPromocion/Estrategia/docs/Fragilidad/FragilidadyCaidas_personamayor.pdf
4. Ministerio de Sanidad. *Hoja de ruta para el abordaje de la fragilidad*. Madrid; 2019. https://www.sanidad.gob.es/profesionales/saludPublica/prevPromocion/Estrategia/docs/Fragilidad/Fragilidad_Hoja_ruta_Abordaje.pdf
5. Advantage JA. <https://www.advantageja.eu/>
6. Vivifrail. <https://vivifrail.com/es/inicio/>
7. Web prevención de fragilidad y caídas. Ministerio de Sanidad. https://www.sanidad.gob.es/profesionales/saludPublica/prevPromocion/Estrategia/EnvejecimientoSaludable_Fragilidad/Fragilidadycaidas.htm