

PAPEL DE ENFERMERÍA EN LA PREVENCIÓN DE CAÍDAS DEL ANCIANO

PERPIÑÁN SÁNCHEZ, LAURA

ANTÓN SIMARRO, MARÍA



INTRODUCCIÓN

33%

Sabiendo que la esperanza de vida en España se sitúa en torno al 83% y la elevada prevalencia de las caídas en la población anciana (**una de cada tres** personas mayores de 65 años se caerá, al menos, una vez al año y la mitad de los mayores de 80 años). Podemos establecer que las caídas constituyen y constituirán un gran problema de salud, siendo uno de los principales **síndromes geriátricos** de elevado impacto socio-sanitario. Como en cualquier problema de salud relevante, el **papel de enfermería** es, o debería ser, indispensable, pudiendo actuar, entre otros ámbitos, en su **prevención**.

OBJETIVO

Analizar la literatura científica internacional con el objetivo de resumir el papel de enfermería dentro de la prevención de caídas del anciano, buscando las diferentes estrategias e intervenciones planteadas, así como los cuidados de enfermería aplicables a dicha población.

MÉTODO

PUBMED
SCIELO
COCHRANE
CUIDEN
DIALNET



Revisión sistemática de la literatura según el método PRISMA en bases de datos bibliográficas además de búsqueda libre en Internet. Como criterios de inclusión/exclusión se analizaron los publicados en los últimos 5 años, en castellano, inglés y portugués que incluyeran las palabras clave anciano, caídas, prevención y enfermería, operador booleano AND y OR. Se aplicó del método CASPe como metodología de lectura crítica.



RESULTADOS

PREVENCIÓN

PRIMARIA
SECUNDARIA
TERCIARIA

A pesar de la numerosa bibliografía encontrada y de los esfuerzos en investigación de todos los profesionales de enfermería, su papel es uno de los menos investigados y uno de los mejor valorados por pacientes y población en general.

Los aspectos fundamentales en los que trabajar podrían resumirse en:

Identificación de factores de riesgo:

- Problemas de movilidad.
- Medicamentos
- Condiciones médicas
- Entorno

Planificación e implementación de intervenciones:

- Educación a paciente y cuidadores
- Dispositivos de asistencia
- Ejercicios para mejorar músculos y equilibrio
- Modificación del entorno

Monitoreo continuo y reevaluación.

- Capacitación de personal y cuidadores
- Promoción del autocuidado.

CONCLUSIÓN

La bibliografía científica existente resalta que la enfermería actúa como barrera protectora frente a las caídas y también promueve la **autonomía y seguridad** del anciano. La combinación de **conocimientos clínicos, habilidades de evaluación y educación** convierte a las enfermeras en un **pilar en los esfuerzos preventivos**, lo que contribuye significativamente a mejorar la calidad de vida y reducir las complicaciones asociadas a las caídas en el envejecimiento.

BIBLIOGRAFÍA

