

Medicamentos que incrementan el riesgo de fracturas

Interreg



Cofinanciado por
la Unión Europea
Cofinanciado pela
União Europeia

España – Portugal



Nuevo Modelo Asistencial



Centro de
Emergencias
Sanitarias



UNIDADE LOCAL DE SAÚDE
ALGARVE



UAlg
UNIVERSIDADE DO ALGARVE

SaludResponde



ABC
ALGARVE BIOMEDICAL CENTER

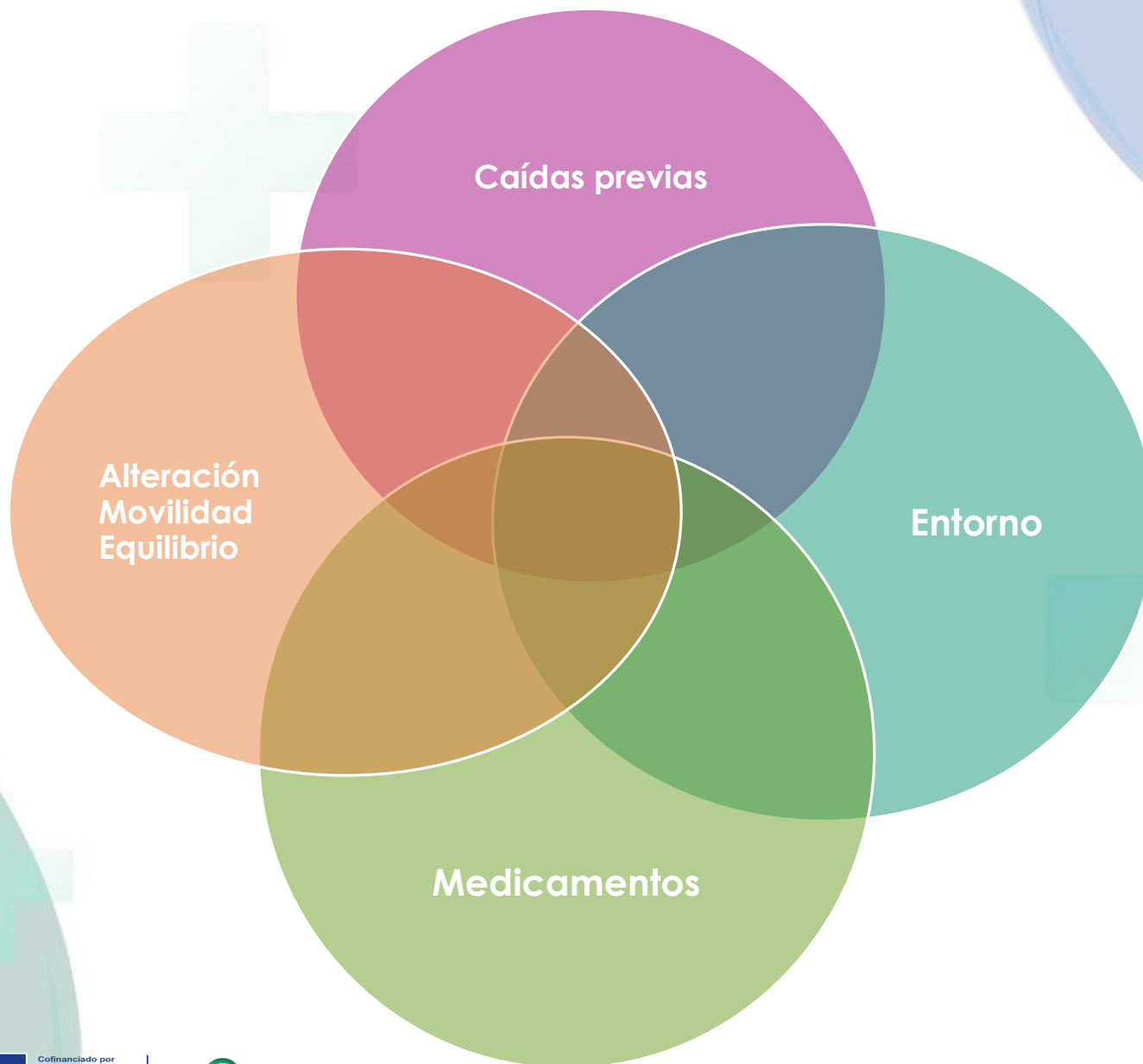


Introducción

Las caídas son acontecimientos involuntarios que hacen perder el equilibrio y dar con el cuerpo a tierra u otra superficie firme que lo detenga (OMS 2012)



Los adultos mayores institucionalizados suelen ser más frágiles, presentan mayor deterioro cognitivo y/o funcional, mayor comorbilidad y mayor polifarmacia, motivo por el que la incidencia de caídas es más alto: más de la mitad de los adultos mayores de este grupo se caen al menos una vez al año



Medicamentos que incrementan el riesgo de caídas

Medicamentos que producen sedación o mareo



Benzodiacepinas



Hipnóticos z



Antidepresivos



Antipsicóticos



Antiepilépticos



Opioides

Medicamentos que incrementan el riesgo de caídas

Señales de alerta



Medicamentos que incrementan el riesgo de caídas

Medicamentos que producen riesgo de caídas por bajada de azúcar en sangre



Insulinas

Medicamentos que incrementan el riesgo de caídas

Medicamentos que producen riesgo de caídas por bajada de azúcar en sangre



¿POR QUÉ LOS PACIENTES DIABÉTICOS TIENEN MAYOR RIESGO DE CAÍDAS?

1 Neuropatía periférica

Disminuye la sensibilidad en pies y piernas

Afecta el equilibrio porque se pierde la percepción del suelo

2 Retinopatía diabética y otros problemas visuales

Vision reducida o distorsionada
Mayor dificultad para percibir obstáculos, escalones o cambios de superficie

3 Hipoglucemias

Mareos
Debilidad
Confusión
Pérdida de conciencia

4 Debilidad muscular

Acelera la pérdida de masa y fuerza muscular (sarcopenia), lo que compromete la estabilidad



5 Problemas articulares

Artropatía diabética
Limitación de movilidad articular

6 Alteraciones en la marcha y el equilibrio

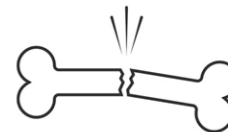
Pacientes adoptan posturas compensatorias por dolor, entumecimiento o debilidad, lo que altera la biomecánica de marcha

7 Calzado inadecuado

En diabéticos es común el uso de zapatos muy blandos o muy rígidos por molestias en los pies, lo que afecta la estabilidad

Medicamentos que incrementan el riesgo de fracturas

Medicamentos que aumentan la fragilidad del hueso



Corticoides



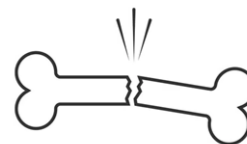
IBP



Antiepilépticos

Medicamentos que incrementan el riesgo de fracturas

Medicamentos que causan hipotensión



Riesgo indirecto de fractura por caídas bruscas



Doxazosina

4 mg

Antihipertensivos

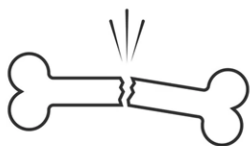


FUROSEMIDA 40 mg

Diuréticos

Medicamentos que incrementan el riesgo de fracturas

Medicamentos que causan hipotensión y produce un efecto indirecto de fracturas por caídas bruscas



Efectos relevantes que pueden observarse



¿Cómo se puede actuar para prevenir caídas y fracturas?

Intervenciones centradas en el paciente

Levantamiento seguro “Técnica en 3 tiempos”

- 1) Sentarse al borde de la cama
- 2) Esperar de 15-30 segundos
- 3) Incorporarse lentamente



¿Cómo se puede actuar para prevenir caídas y fracturas?

Intervenciones centradas en el paciente

Intervenciones sobre los déficits visuales



Utilización instrumentos de apoyo

**Utiliza algún instrumento de apoyo,
como el andador o bastón, gafas y/o
audífono si lo necesitas**



¿Cómo se puede actuar para prevenir caídas y fracturas?

Intervenciones centradas en el paciente

Calzado adecuado



Zapatos con suelas antideslizantes

Evitar chanclas, zuecos, tacón alto, andar descalzo

Recomendable zapatillas cerradas que sujeten el tobillo

¿Cómo se puede actuar para prevenir caídas y fracturas?

Intervenciones en el entorno

No camines por suelos resbaladizos o encerados



Evita las alfombras



Evita objetos que obstaculicen el paso



¿Cómo se puede actuar para prevenir caídas y fracturas?

Intervenciones en el entorno

Iluminación

**Enciende la luz
para
desplazarte**



Comprobar la iluminación para que sea buena tanto en el día como en la noche

Importante aprovechar la luz natural

Evitar luces demasiado directas o deslumbrantes

Debe haber interruptores accesibles en todas las habitaciones y salones.

¿Cómo se puede actuar para prevenir caídas y fracturas?

Intervenciones en el entorno

Pasillos

Sin cables, carros, cajas



- Zonas de paso con ancho suficiente para el paso de dos personas en sentidos contrarios, sobre todo si se movilizan en sillas de ruedas, para dar amplitud y seguridad al cruce.

Debe existir, iluminaciones nocturnas de cortesía y pasamanos en ambos lados del pasillo.

¿Cómo se puede actuar para prevenir caídas y fracturas?

Intervenciones en el entorno

Cuarto de baño



Evitar suelo resbaladizo y húmedo

Disponer de agarraderas suficientes y ayudas técnicas personalizadas (elevadores de baño, asientos para la ducha)

¿Cómo se puede actuar para prevenir caídas y fracturas?

Rutinas de movilización

Fomentar paseos acompañados

Realizar ejercicios suaves (sentarse y levantarse, estiramientos simples)

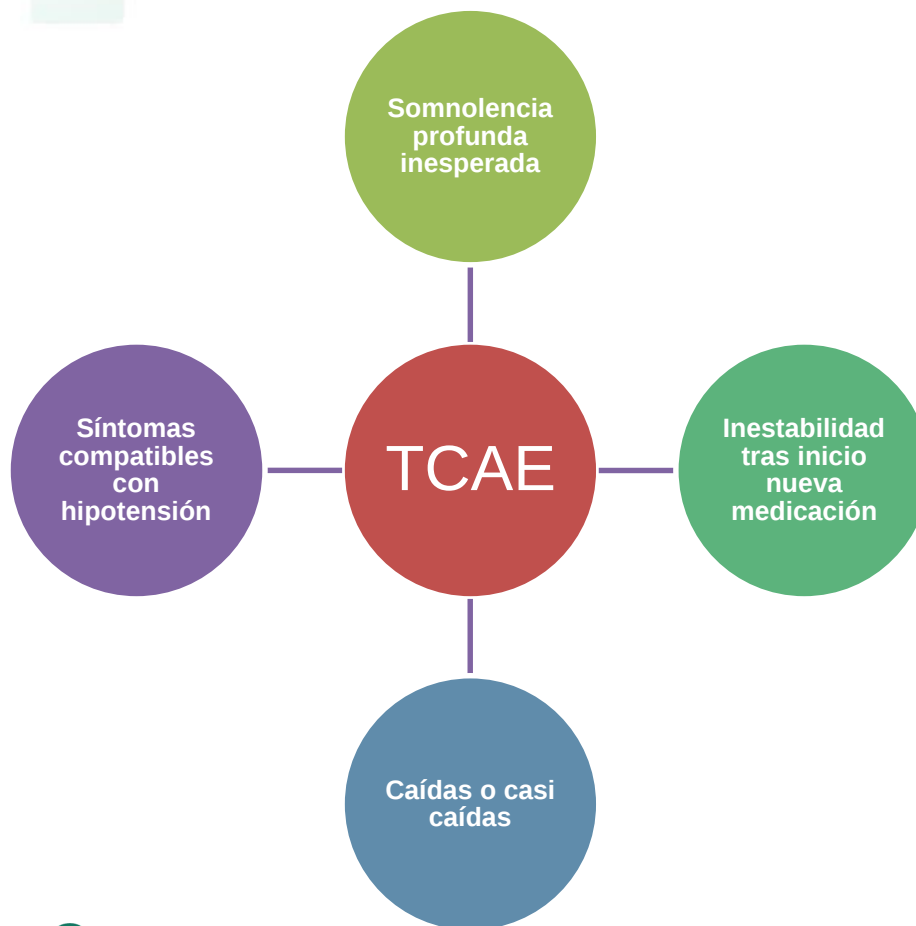
Registrar signos de debilidad o empeoramiento en la marcha



¿Cómo se puede actuar para prevenir caídas y fracturas?

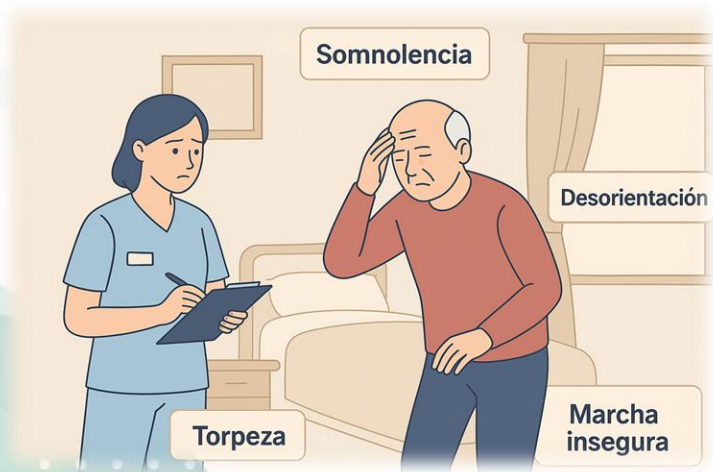
Intervenciones organizativas

Los TCAE son los primeros en detectar problemas y pueden alertar en casos de:



¿Cómo se puede actuar para prevenir fracturas?

Supervisión tras cambios de medicación



Cambios de comportamiento (confusión, irritabilidad, desorientación)



¿Cómo se puede actuar para prevenir caídas y fracturas?

Protocolos internos de alerta ante medicamentos de riesgo de caídas y fracturas

Se puede implantar un sistema sencillo

Cuando se inicia un fármaco de riesgo marcar en el plan de cuidados:
aumentar la vigilancia de marcha 72 h/acompañamiento de traslados

Identificar a los pacientes con mayor riesgo de caídas (punto rojo)



Interreg



Cofinanciado por
la Unión Europea
Cofinanciado pela
União Europeia

España – Portugal



Centro de
Emergencias
Sanitarias



UNIDADE LOCAL DE SAÚDE
ALGARVE



SaludResponde

