

Evaluación médica de caídas

Causas de las caídas

Las caídas no son accidentales. A medida que se envejece, los cambios en los sentidos, reflejos y fuerza afectan la forma de caminar y el equilibrio. Debido al envejecimiento y a enfermedades crónicas, estos cambios pueden provocar caídas que hubieran sido nada más que un tropezón en sus años mozos. Además, las enfermedades cardíacas y cerebrales pueden causar “ataques” que le pueden provocar una caída.

La importancia de una evaluación médica

Su médico puede ayudarle a prevenir caídas y lesiones que son consecuencia de las caídas. El primer paso es obtener el historial completo de sus caídas y las patologías que pueden afectar su equilibrio. Luego, con un simple examen físico, el médico puede detectar enfermedades que causan cambios corporales y que se pueden tratar para reducir el riesgo de las caídas. El médico puede discontinuar el uso de medicamentos que le estén provocando la pérdida del equilibrio. Además, éste puede prescribirle equipos como bastones y caminadoras. La terapia y el ejercicio le permitirán fortalecerse y sentirse más seguro al caminar.

Coméntele a su médico si se cae. Las caídas no son accidentales. La quinta causa de muerte en adultos mayores corresponde a las lesiones no intencionales y las caídas representan la mayor parte de éstas.