

Cuando la abuela se cae

- Un millón de ancianos sufren accidentes fuera de casa cada año
- Las caídas en aceras o bordillos son las más frecuentes

ELMUNDO.es | Madrid

Actualizado **martes 15/02/2011 20:23 horas**

Margarita tiene 72 años y vive sola. Hace unos días se cayó cuando iba por la calle y resbaló con un pequeño escalón en la entrada de su cafetería habitual. El golpe ha supuesto un pequeño 'desbarajuste' en su vida doméstica, con la búsqueda de una persona que la ayude y varias semanas de sesiones de fisioterapia (previo paso por Urgencias). El suyo es un caso ficticio, pero recoge **todas las características de las caídas habituales** que sufren las personas mayores en nuestro país.

Según se desprende del estudio 'Con mayor cuidado', presentado en Madrid por la Fundación Mapfre y 'Diario Médico', el caso de Margarita reúne todas las características propias de estos accidentes fuera del hogar, que afectan cada año a un millón de ancianos. **Mujer, de 71 a 75 años, con bajo nivel de formación y que vive sola**, son las principales características que resumen el perfil de estas caídas, según la encuesta realizada a 1.732 mayores de 65 años por un equipo de especialistas coordinados por el doctor José Manuel Ribera, jefe del servicio de Geriatria del Hospital Clínico de Madrid.

Las **caídas en las aceras de las calles suponen el 81% de los accidentes** que sufre esta población fuera de su hogar: en la mayoría de los casos (como el de Margarita), por tropezones con el bordillo o resbalones por el suelo mojado. En el 61% de los casos, el anciano accidentado iba solo.

Una de cada cuatro caídas requiere el ingreso en Urgencias, y en un 7% caerse a partir de los 65 equivale a una intervención quirúrgica. Los tratamientos de rehabilitación que fueron necesarios en el 25% de las caídas ascendieron a una media de 37 días.

Siguen el ritmo habitual

Sin embargo, de la encuesta también se desprende que este tipo de percances no achantan a nuestros mayores a la hora de salir a la calle y pasear por sus ciudades. El 66,5% responde de hecho que su movilidad es buena o suficiente para las actividades de la vida diaria; y casi el 80% no necesita ninguna ayuda para las tareas del hogar (casi los mismos que salen a hacer la compra a diario).

Y es que de la encuesta se desprende un claro mensaje: **los mayores se resisten a enclaustrarse en casa**, y el 88% cree que hay que salir a pesar de las limitaciones. Casi la mitad de los mayores percibe su salud como 'bueno' o 'muy bueno', a pesar de que tres de cada cuatro padecen alguna enfermedad y el 70% toma algún tratamiento (con un promedio de cinco pastillas diarias).

Como concluyen los expertos, estas caídas suponen una elevada carga sanitaria y social, por lo que recomiendan actuar sobre sus causas para tratar de prevenirlas y minimizar su impacto en la calidad de muchas familias españolas (por ejemplo, sugieren, con un buen diseño de las ciudades).
