

ESTUDIO 'INVESTIGACIÓN SOBRE SEGURIDAD EN EL DOMICILIO DE PERSONAS MAYORES'

Caídas, intoxicaciones, quemaduras e incendios son los accidentes más habituales entre las personas mayores de 65 años

Una dieta saludable, un estilo de vida activo y vivir acompañado, factores clave para prevenir accidentes en el hogar

Dentro de la campaña 'Con mayor cuidado', se ha realizado el 'Estudio de Investigación sobre Seguridad en el Domicilio de Personas Mayores' que avanza algunas conclusiones llamativas sobre la seguridad de este colectivo en el hogar. Su principal objetivo es dar a conocer qué accidentes, dentro del domicilio, sufren las personas mayores de 65 años, así como averiguar las causas que los propician, e impulsar las medidas necesarias para la prevención y progresiva disminución en el día a día de este colectivo, que en España se acerca a 8 millones de personas.

El estudio revela las siguientes conclusiones: que las caídas, intoxicaciones, quemaduras e incendios, principales contingencias sufridas por los mayores, se originan principalmente como consecuencia de su estado de salud, la enfermedad que padecen, la medicación consumida habitualmente, los hábitos de alimentación y la actividad física que realizan, entre otros factores.

Un dato significativo que se desprende del informe es que las caídas representan el 14,7 por ciento de los accidentes ocurridos en el hogar, siendo más frecuentes entre las mujeres (24,4 por ciento) que entre los hombres (9,7 por ciento); que la tendencia a sufrir este tipo de accidentes es menor entre las personas casadas (11,2 por ciento) que entre las que viven solas (25,3 por ciento); que el estado de salud es un factor altamente relacionado con la tendencia a tener caídas, ya que, por ejemplo, las personas que no padecen una patología se caen mucho menos (10,9 por ciento) que aquellas que sufren alguna enfermedad (17,5 por ciento). En esta línea, el informe destaca que las patologías más asociadas con las caídas son aquellas relacionadas con los desórdenes músculo-esqueléticos como la artrosis, artritis, parkinson y osteoporosis, entre otras, así como las enfermedades procedentes del sistema nervioso central como las demencias, enfermedades neurológicas, mentales, visuales y de audición.

Otro dato representativo que influye decisivamente en la tendencia a sufrir caídas es el consumo diario de fármacos. Del estudio se desprende que cuanto más consumo existe de medicamentos –principalmente para combatir problemas de circulación y para dormir, tranquilizantes, antihipertensivos, antidepresivos y antiinflamatorios, los más consumidos en España por los mayores de 65 años-, mayor es el incremento de caídas.

Entre las medidas para prevenir este tipo de accidentes en el hogar destaca llevar una dieta saludable y equilibrada, así como practicar ejercicio de manera habitual. Del informe se desprende que las personas mayores de 65 años que habitualmente consumen más carne, verduras y hortalizas sufren un porcentaje significativamente menor que aquellas que no practican una dieta verde. Otras medidas para prevenir las caídas en el hogar son la utilización de andadores, muletas, bastones, y silla de ruedas, ya que según el estudio, el porcentaje de accidentes producidos en el baño no es significativo.

El 'Estudio de Investigación sobre Seguridad en el Domicilio de Personas Mayores' también revela, que los cortes representan el 4,5 por ciento; los incidentes derivados del fuego, como quemaduras, el 2,7 por ciento; las intoxicaciones por consumo de medicamentos, el 1,2 por ciento; los procedentes de la ingesta de alimentos en mal estado, el 1,1 por ciento; las derivadas de escapes de gas, el 0,7 por ciento; y las intoxicaciones relacionadas con la electricidad, el 0,2 por ciento.

El informe, llevado a cabo en las 13 provincias españolas donde se concentra la mitad de la población mayor de 65 años (A Coruña, Badajoz, Barcelona, Burgos, Las Palmas, Madrid, Málaga, Sevilla, Toledo, Santa Cruz de Tenerife, Valencia, Vizcaya y Zaragoza), se realizó mediante encuestas telefónicas a más de 1.600 personas. Para su elaboración se tomaron como referencia cuestionarios relacionados con el estudio de caídas en las personas mayores de la Organización Mundial de la Salud (OMS), así como la Encuesta Nacional de Salud del Instituto Nacional de Estadística.

PARA SOLICITAR EL INFORME COMPLETO, CONTACTAR CON NURIA DEL OLMO, DE LA DIRECCIÓN GENERAL DE COMUNICACIÓN Y RESPONSABILIDAD SOCIAL DE MAPFRE. TELÉFONO: 91 581 22 16 Y 606 53 78 89. CORREO ELECTRÓNICO: ndelolm@mapfre.com.