



## Piano Regionale della Prevenzione 2020-2025 PP5 – Sicurezza negli ambienti di vita

# CADUTE DEGLI ANZIANI: CRITICITÀ LEGATE ALLE TERAPIE FARMACOLOGICHE

Rappresentano una priorità per la sanità pubblica per frequenza e gravità.  
In Sardegna nel 2021 ben il **75% del totale dei ricoveri per incidente domestico** riguarda **ultra 64enni, soprattutto donne**, la maggior parte dovuti a **fratture per cadute**, con gravi conseguenze in termini di disabilità e perdita di autonomia.

### PRINCIPALI CAUSE CHE FAVORISCONO LE CADUTE NEGLI ANZIANI

Fattori strutturali, (struttura della casa e degli arredi)

Fattori soggettivi come disturbi della deambulazione e la riduzione della forza muscolare

**Alterazioni sensoriali e dell'equilibrio che possono essere dovute anche a criticità legate alle terapie farmacologiche**

### POLITERAPIA E FARMACI CHE POTREBBERO AUMENTARE IL RISCHIO DI CADUTA

Il continuo incremento della popolazione anziana si accompagna ad un sempre più frequente ricorso all'assunzione quotidiana di più farmaci (**politerapia**), come confermato dal Rapporto Nazionale dell'AIFA del 2022, fra i quali potrebbero esservi dei FRIDs (*Fall-Risk-Increasing Drugs*), cioè farmaci che talvolta sono in grado di aumentare il rischio di caduta.

### QUALCHE SEMPLICE CONSIGLIO

**Chiedi al tuo medico quali siano le corrette modalità di assunzione delle medicine e attieniti sempre alle indicazioni**

**Informa sempre il tuo medico dei farmaci che già assumi, prima che ne prescrivano un altro**

**Ricorda che i farmaci non possono sostituirsi ad un corretto stile di vita pertanto segui un'alimentazione sana e pratica attività fisica regolarmente**

**Aiutarti nella corretta assunzione dei farmaci con elenchi cartacei App e promemoria sul cellulare**

**Se osservi la comparsa di qualche disturbo insolito, o hai nuovi sintomi dopo aver iniziato ad assumere un farmaco segnalalo al tuo medico**

**Presta attenzione a cambiamenti del tuo stato di salute con il caldo o il freddo che possono influire sui farmaci che assumi.**

**Evita il "fai-da-te" assumendo farmaci senza consiglio del medico**



Consulta i dati dell'Istituto Superiore di Sanità  
sull'uso dei farmaci  
nella popolazione anziana

