

Politerapia e farmaci che potrebbero aumentare il rischio di caduta

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

Anziani e farmaci in Sardegna



Dall'indagine Passi d'Argento dell'Istituto Superiore di Sanità riferita al periodo 2021-2022 risulta

che:

solo il 16% degli intervistati ha dichiarato che il proprio medico ha controllato la corretta assunzione delle medicine negli ultimi 30 giorni precedenti l'intervista, dato statisticamente **peggiore** di quello nazionale (circa 30%).

Consulta l'indagine Passi D'Argento 2021-2022



In caso di incidente domestico chiama l'112 numero unico Europeo



ASL Nuoro

Dipartimento di Prevenzione

S.S.D. Prevenzione e Promozione della Salute

Mail: dipartimento.prevenzione@aslnuoro.it



Consulta il Sito Sardegna Salute per la Prevenzione degli Incidenti Domestici



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

CADUTE DEGLI ANZIANI: CRITICITÀ LEGATE ALLE TERAPIE FARMACOLOGICHE

La maggior parte dei ricoveri per incidenti domestici riguarda gli anziani, ed è dovuta principalmente a cadute che interessano soprattutto le donne ultra 64enni



Fra le principali cause delle cadute in ambiente domestico dell'anziano figurano le alterazioni sensoriali e dell'equilibrio, ascrivibili anche a criticità legate alle terapie farmacologiche.

S.S.D. Prevenzione e Promozione della Salute

Dipartimento di Prevenzione

ASL Nuoro

Le cadute degli anziani in ambiente domestico

In Sardegna nel 2021 ben il 75% del totale dei ricoveri per incidente domestico riguarda persone ultra 64enni, soprattutto donne.

La maggior parte di tali ricoveri è dovuto a **fratture per cadute, con gravi conseguenze in termini di disabilità e perdita di sicurezza.**

Una caduta precedente può determinare timore nel muoversi per paura di ricadere e dunque riduzione del senso di autonomia e dell'autostima; ciò condiziona fortemente lo stile di vita dell'anziano, rendendolo meno attivo e sempre più sedentario, con conseguente riduzione della forza muscolare e incremento delle probabilità di insorgenza di patologie cardiovascolari, ipertensione, diabete.

Le principali cause delle cadute in ambiente domestico:

- caratteristiche dell'ambiente
- disturbi della deambulazione/riduzione della forza muscolare
- alterazioni sensoriali e dell'equilibrio, con capogiri e vertigini, che possono essere dovute anche a **criticità legate alle terapie farmacologiche in corso.**

Qualche semplice consiglio



Non esitare a porre al tuo medico domande dettagliate sulla corretta modalità di assunzione delle medicine e attieniti sempre alle sue indicazioni

Prima che il medico prescriva un farmaco, è indispensabile informarlo di eventuali farmaci e integratori che stai già assumendo



Oltre agli effetti benefici, un farmaco può comportare effetti indesiderati: se noti la comparsa di qualche disturbo insolito dopo aver iniziato l'assunzione di un farmaco, segnalalo subito al medico

Evita il fai-da-te!



Non sollecitare il medico a prescrivere farmaci:

i farmaci non possono sostituirsi a corrette abitudini alimentari e stili di vita:

Pratica attività fisica regolare

Informa il tuo medico in caso di alterazioni del tuo stato di salute dovuta a fattori esterni come modifica dei valori della pressione dovuta a caldo/freddo che possono influire sui farmaci che assumi



Aiutati nella corretta assunzione dei farmaci con strumenti come "App" e promemoria sul cellulare o contenitori portapillole.

