



<https://www.elsevier.es/semergen>

## 242/2947 - CAÍDAS E HIPOVITAMINOSIS D. SITUACIÓN ACTUAL EN UNA POBLACIÓN ANCIANA

E. Bengochea Botín<sup>a</sup>, P. Bengochea Botín<sup>b</sup>, A. Villegas Sordo<sup>c</sup>, C. Martínez Martín<sup>d</sup>, M. Peña Martín<sup>d</sup> y C. Pulito González<sup>e</sup>

<sup>a</sup>Médico de Familia. Centro de Salud Camargo Costa. Maliaño. Cantabria. <sup>b</sup>Médico de Familia. Centro de Salud CotoLino I. Castro Urdiales. Cantabria. <sup>c</sup>Médico. Residencia Ecoplar. Maliaño. Cantabria. <sup>d</sup>Enfermera. Residencia Ecoplar. Maliaño. Cantabria. <sup>e</sup>Enfermero. Residencia Ecoplar. Maliaño. Cantabria.

### Resumen

**Objetivos:** Las caídas son un fenómeno común en la población anciana. Su etiología es multifactorial, siendo factores de riesgo los fármacos, la historia previa de caídas, la debilidad muscular y las alteraciones de la marcha y el equilibrio, estos últimos relacionados con la vitamina D. Analizamos la situación actual de caídas y déficit de vitamina D en una muestra poblacional institucionalizada.

**Metodología:** Estudio descriptivo transversal. Se utilizó una muestra poblacional de 213 pacientes > 65 años de un centro geriátrico. Se registró el número de caídas durante un año (desde junio 2016 y la presencia o no en la analítica de 25-OH-vitamina D (considerando 20 ng/ml insuficiencia). Para ello se utilizó la historia electrónica OMI-AP, del hospital de referencia y del centro geriátrico RESIPLUS.

**Resultados:** Del total de pacientes (213) el 74,65% eran mujeres. La distribución de caídas fue: 46,47% ninguna, y del resto 2 > 20, 11 entre 11 y 20 y el 47,42% entre 1 y 10. Había determinación de vitamina D en 78 pacientes (36,62%), El 69,24% tenían hipovitaminosis D (27% eran hombres). Relacionando caídas con hipovitaminosis, se determinó que en el 33,33% no había caídas, el 22,22% registraban 1 caída anual, el 38,8% entre 1-10 y el 5,5% > 10 caídas. La razón de prevalencia fue 2,3.

**Conclusiones:** En pacientes institucionalizados, el porcentaje de caídas es considerable (53,53%). La vitamina D es una hormona que regula la homeostasis mineral y presenta receptores en múltiples tejidos: hueso, músculo, hipocampo y córtex, lo que puede explicar la relación con el equilibrio y la coordinación, y por tanto con las caídas. Se halló una hipovitaminosis D en un 69%. Siendo la principal fuente de vitamina D es la procedente de la exposición a la luz solar, los ancianos institucionalizados parecen ser un grupo de riesgo. En pacientes con hipovitaminosis D el porcentaje de caídas duplica a aquellos con niveles normales. Un 5% tenían > 10 caídas anuales. Aunque no existe indicación para medir los niveles de vitamina D en la población general, suplementar la dieta podría ser una medida a considerar, aunque serán necesarias valoraciones posteriores.

**Palabras clave:** Caídas. Anciano. Vitamina D.