



Medicina de Familia. SEMERGEN



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

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

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

^aMédico de Familia. Centro de Salud Camargo Costa. Maliaño. Cantabria. ^bMédico de Familia. Centro de Salud Coto I. Castro Urdiales. Cantabria. ^cMédico. Residencia Ecoplar. Maliaño. Cantabria. ^dEnfermera. Residencia Ecoplar. Maliaño. Cantabria. ^eEnfermero. 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.