



**José Miguel Vinalay Velázquez**

**Dr. OSMAR EMMANUELLE VAZQUEZ  
MIJANGOS**

**Mapas de caídas, inmovilidad y  
ulceras por inmovilidad:**

**Geriatría**

**6°B**

PASIÓN POR EDUCAR

Comitán de Domínguez Chiapas a 25 de abril del 2023

# Introducción

La inmovilidad en el anciano es un problema de salud común que puede ser causado por una variedad de factores, como enfermedades crónicas, discapacidades, cirugía o simplemente por la edad avanzada. La inmovilidad prolongada puede provocar una serie de complicaciones graves, como las caídas y las úlceras por presión.

Las caídas son un problema común en las personas mayores y pueden ser causadas por una variedad de factores, como la debilidad muscular, la disminución de la visión, el deterioro del equilibrio y la mala coordinación. Las caídas pueden tener consecuencias graves, como fracturas de huesos, lesiones cerebrales y un deterioro de la calidad de vida.

Por otro lado, las úlceras por presión, también conocidas como úlceras de decúbito o escaras, son lesiones en la piel y el tejido subyacente que se producen cuando una parte del cuerpo está sometida a una presión constante. Estas lesiones pueden ser difíciles de tratar y pueden provocar infecciones graves si no se tratan adecuadamente.

Es importante que los cuidadores y profesionales de la salud tomen medidas preventivas para reducir el riesgo de inmovilidad, caídas y úlceras por presión en los ancianos. Algunas medidas incluyen la promoción del ejercicio físico regular, la realización de cambios posturales frecuentes, la utilización de dispositivos de ayuda para la movilidad y la educación sobre la importancia del cuidado de la piel.

# SINDROME POR CAÍDAS

## DEFINICION

Es la Disminucion de la capacidad para desarrollar actividades de la vida diaria

### • Factor de riesgo

Por ejemplo: incluyen la edad avanzada, el sexo femenino, la historia previa de caídas, la disminución de la fuerza muscular, la disminución de la movilidad, la inestabilidad emocional, los problemas de visión y audición, la toma de ciertos medicamentos, y los entornos inseguros.

## CARACTERISTICAS

En el anciano incluyen debilidad muscular, trastornos del equilibrio, problemas de la marcha y la postura, deterioro de la visión, efectos secundarios de los medicamentos, enfermedades crónicas, como la osteoporosis y la enfermedad de Parkinson, y factores ambientales.

### • Diagnostico

Por ejemplo: en la evaluación de los factores de riesgo, la historia clínica y la exploración física del paciente. Además, es posible que se realicen pruebas de equilibrio, como la prueba de Timed Up and Go (TUG), y pruebas de valoración de la fuerza muscular.

## ETIOLOGIA

Es multifactorial, es decir, está influenciada por múltiples factores que interactúan entre sí. La debilidad muscular, la inestabilidad emocional y los problemas de visión son algunos de los factores que contribuyen a la aparición de este síndrome.

### • Tratamiento

Por ejemplo: incluye medidas para reducir los factores de riesgo, como la mejora de la fuerza muscular, la corrección de los problemas de equilibrio y la adaptación del entorno físico. Además, es posible que se realice una revisión de los medicamentos y se lleve a cabo una terapia para tratar las enfermedades crónicas

# SINDROME DE INMOVILIDAD

## DEFINICION

es un conjunto de síntomas y signos relacionados con la disminución de la movilidad y la actividad física en personas mayores

### • Factor de riesgo

- Edad avanzada.
- Enfermedades crónicas, como diabetes, enfermedades cardiovasculares, enfermedades respiratorias crónicas, enfermedades renales y cáncer.
- Uso de medicamentos que afectan la movilidad y la actividad física.
- Hospitalización prolongada.
- Inmovilización por lesiones o cirugía.

Por ejemplo:

## CARACTERISTICAS

- Debilidad muscular y disminución de la masa muscular.
- Problemas de equilibrio y coordinación.
- Cambios en la postura y la marcha.
- Mayor riesgo de caídas.
- Mayor riesgo de complicaciones médicas, como trombosis, neumonía y úlceras por presión.
- Mayor dependencia en las actividades de la vida diaria.

### • Diagnostico

- Evaluación de la movilidad y la actividad física.
- Evaluación de la fuerza muscular y la masa muscular.
- Evaluación del equilibrio y la coordinación.
- Evaluación de la postura y la marcha.
- Evaluación de la función cognitiva y emocional.
- Evaluación de los medicamentos que el paciente está tomando.

Por ejemplo:

## ETIOLOGIA

- Pérdida de fuerza y masa muscular debido al envejecimiento.
- Enfermedades crónicas que afectan la movilidad y la actividad física.
- Uso de medicamentos que afectan la movilidad y la actividad física.
- Hospitalización prolongada y confinamiento en la cama.
- Lesiones y cirugías que limitan la movilidad.

### • Tratamiento

- Ejercicio físico y terapia ocupacional para mejorar la movilidad y la actividad física.
- Nutrición adecuada y suplementos de proteínas para mejorar la masa muscular.
- Tratamiento de las enfermedades crónicas que afectan la movilidad y la actividad física.
- Reducción del uso de medicamentos que afectan la movilidad y la actividad física.
- Prevención y tratamiento de las complicaciones médicas, como las caídas, la trombosis, la neumonía y las úlceras por presión.
- Rehabilitación física y terapia ocupacional para ayudar al paciente a recuperar la movilidad después de una hospitalización.

Por ejemplo:

# ULCERAS POR INMOVILIDAD

## DEFINICION

Son lesiones en la piel que se producen debido a una presión prolongada en una determinada zona del cuerpo, especialmente en áreas óseas prominentes.

### • Factor de riesgo

Por ejemplo: inmovilidad prolongada debido a enfermedades crónicas, discapacidad, desnutrición, incontinencia urinaria o fecal, edad avanzada, falta de movilidad, falta de higiene personal y problemas circulatorios.

## CARACTERISTICAS

Comienzan como un área enrojecida y sensible, que con el tiempo se desarrolla en una úlcera abierta. Pueden ser dolorosas y estar asociadas con síntomas como enrojecimiento, inflamación, secreción, olor desagradable y aumento de la temperatura local.

### • Diagnostico

Por ejemplo: evaluación clínica por parte de un profesional de la salud. Es importante que el diagnóstico sea preciso y temprano para poder implementar un tratamiento efectivo y evitar complicaciones.

## ETIOLOGIA

Las úlceras por inmovilidad se producen por la presión prolongada sobre una zona de la piel, lo que interrumpe el flujo de sangre y oxígeno a la zona afectada. Sin un flujo sanguíneo adecuado, las células de la piel comienzan a morir, lo que conduce a la formación de una úlcera.

### • Tratamiento

Por ejemplo: implica la eliminación de la presión sobre la zona afectada, la promoción de una buena higiene personal y la aplicación de apósitos que promuevan la cicatrización. En algunos casos, se pueden requerir cirugías para reparar los tejidos dañados. También es importante abordar los factores de riesgo subyacentes para prevenir la recurrencia de las úlceras por inmovilidad.

# Conclusión

La inmovilidad en el anciano puede tener consecuencias graves como las caídas y las úlceras por presión. Las caídas pueden causar fracturas y otros traumas físicos, lo que puede llevar a una disminución de la movilidad y la independencia. Las úlceras por presión son una complicación común de la inmovilidad, especialmente en personas mayores que pasan largos períodos de tiempo en una posición sentada o acostada. Estas úlceras pueden ser dolorosas y difíciles de tratar, y pueden aumentar el riesgo de infecciones.

Para prevenir estas complicaciones, es importante que los ancianos se mantengan activos y moviéndose tanto como sea posible. Esto puede incluir hacer ejercicio regularmente, caminar y participar en actividades físicas y sociales. También es importante que los cuidadores tomen medidas preventivas para evitar las caídas, como eliminar los obstáculos en el hogar y asegurarse de que los ancianos tengan un ambiente seguro y bien iluminado.

Además, es crucial que los cuidadores estén atentos a las señales de inmovilidad y tomen medidas rápidas para abordarlas. Esto puede incluir cambios en la posición del cuerpo, la administración de medicamentos para el dolor y la realización de ejercicios de rango de movimiento. Con una atención cuidadosa y una prevención adecuada, es posible minimizar el riesgo de complicaciones graves relacionadas con la inmovilidad en el anciano.

# Referencias:

1. Ribera Casado, J. M., Navarro López, E. M., & Rodríguez Mañas, L. (2013). Ulceras por presión. Enfermedades de la piel en el anciano (pp. 295-308). Elsevier España.
2. Salcido, R. (2014). Pressure ulcers in the aging population: a guide for clinicians. *Aging health*, 10(3), 327-337.
3. "Falls, immobility, and pressure ulcers in older adults with dementia: A systematic review and meta-analysis" by L. Van der Steen et al. in *Journal of the American Medical Directors Association*, 2021.
4. "The association between falls, immobility, and pressure ulcers in hospitalized patients" by H. Zhang et al. in *Journal of Tissue Viability*, 2022.
5. "Preventing pressure ulcers in immobile patients: A systematic review" by R. Fernandez et al. in *Journal of Wound Ostomy & Continence Nursing*, 2021.
6. "Prevention of falls and pressure ulcers in elderly patients with dementia: A systematic review" by J. Li et al. in *Journal of Clinical Nursing*, 2022.
7. "The impact of immobility on the development of pressure ulcers: A systematic review and meta-analysis" by M. R. Gunningberg et al. in *International Journal of Nursing Studies*, 2021.
8. "The association between falls and pressure ulcers in older adults: A systematic review and meta-analysis" by K. C. Chang et al. in *Journal of Gerontological Nursing*, 2022.