



INSTITUTO MEXICANO DEL SEGURO SOCIAL

COMUNICADO

COORDINACIÓN DE COMUNICACIÓN SOCIAL



México, D. F., a 24 de febrero 2013. No. 026.

LAS CAÍDAS PUEDEN TENER CONSECUENCIAS MORTALES EN ADULTOS MAYORES

- *Envejecimiento natural y algunas enfermedades como artrosis y diabetes son las principales causas de los trastornos de la marcha*

Identificar a tiempo trastornos de la marcha en los adultos mayores y darles un tratamiento específico es muy importante para prevenir las caídas y sus consecuencias, explicó Grisel Lupercio Morales, especialista en medicina de rehabilitación del Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS).

Las caídas son un síndrome geriátrico por trastornos de la marcha que pueden provocar lesiones, algunas de ellas mortales como fracturas de columna, cadera y golpes en la cabeza, señaló la especialista de la Unidad de Medicina Física y Rehabilitación Siglo XXI.

Estos desórdenes afectan en promedio al 15 por ciento en la población de 60 años; se incrementa a 35 por ciento a los 70 y a 50 después de los 80, por ello advirtió que si no son detectados y tratados a tiempo, provocan que quienes los padecen sean cada día más dependientes y pierdan funcionalidad en sus actividades cotidianas.

Indicó que en la Unidad de Medicina Física y Rehabilitación Siglo XXI, localizada en la zona de Coapa en la Ciudad de México, se brindan tratamientos específicos, después de una valoración clínica minuciosa, lo que permite identificar las causas que contribuyen a la alteración de la marcha, que pueda ser parte del envejecimiento o por alguna patología.

El beneficio de la rehabilitación, dijo, es la independencia funcional del adulto mayor, lo que repercute en su calidad de vida.

Lupercio Morales explicó que una marcha se considera normal cuando es independiente (no se necesitan auxiliares para caminar) y hay factores que permiten completar su ciclo, como el no claudicar (cojear), alternar de manera rítmica piernas y brazos, mantener erecto el tronco y la cabeza muy al centro, tener movilidad de cadera y rodillas.

Los adultos mayores, por el proceso natural de envejecimiento, presentan deterioro en el sistema músculo esquelético y neurológico, lo que provoca que las articulaciones sean más rígidas, los músculos se tiendan a encoger o a acortarse con consecuentes contracturas y alteraciones de la sensibilidad, detalló.

También en este periodo se tiende a la inactividad, por lo que los músculos se atrofian y van perdiendo equilibrio y coordinación, lo que provoca alteraciones de la marcha. Al no caminar, pasan más tiempo sentados, requieren más ayuda o dejan de hacer actividades como desplazarse dentro de su casa, explicó.

--- o0o ---