



## P172 - PREVENCIÓN DE CAÍDAS Y RECOMENDACIONES EN PACIENTES CON OSTEOPOROSIS

C. Cano Pérez<sup>1</sup>, M.D. Gil de Gallego<sup>2</sup>, O. Aranega Rodríguez<sup>1</sup>, I. Balaguer Trull<sup>3</sup>,<sup>c</sup>, Nájera Herranz<sup>4</sup>, I. Cánovas Olmos<sup>4</sup>, E. Grau García<sup>4</sup>, A. Carbonell Jordá<sup>5</sup>, J. de la Torre-Aboki<sup>6</sup>, C.M. Francés Amorós<sup>7</sup>, A. Gómez Clan<sup>8</sup>, E. Marín Martín<sup>9</sup>, N. Martínez Alberola<sup>9</sup>, V. Núñez Monje<sup>10</sup> E I. Torner Hernández<sup>10</sup> en nombre del grupo GESVR (Grupo de Enfermería de la Sociedad Valenciana de Reumatología)

<sup>1</sup>Servicio de Reumatología. Hospital de la Vilajoyosa. <sup>2</sup>Servicio de Reumatología. Hospital de Alcoy. Alicante. <sup>3</sup>Servicio de Reumatología y Metabolismo Óseo. Hospital General Universitario de Valencia. <sup>4</sup>Servicio de Reumatología. Hospital Universitario y Politécnico La Fe. Valencia. <sup>5</sup>Servicio de Reumatología. Hospital Universitario San Juan. Alicante. <sup>6</sup>Servicio de Reumatología. Hospital General de Alicante. <sup>7</sup>Servicio de Reumatología Pediátrica. Hospital Universitario de Valencia. <sup>8</sup>Servicio de Reumatología. Hospital de Vinalopó. <sup>9</sup>Servicio de Reumatología. Hospital General Universitario de Elda. <sup>10</sup>Servicio de Reumatología. Hospital Universitario Dr. Peset. Valencia.

### Resumen

**Introducción:** La publicación en 2014 del Documento de Consenso sobre prevención de fragilidad y caídas en la persona mayor como estrategia de Promoción de la Salud y Prevención en el SNS, supone un punto de inflexión, definiéndose el problema y estableciendo pautas para la detección, evaluación y actuación en personas en riesgo. Todo ello se basa en el personal de Enfermería de Atención Primaria principalmente. Sin embargo, Enfermería de Reumatología puede ser de gran ayuda para la detección de estos pacientes, y facilitar el conocimiento de recomendaciones y consejos que permitan la prevención de fragilidad y caídas.

**Objetivos:** Elaborar un tríptico que refleje las recomendaciones y consejos necesarios para la prevención de caídas en pacientes con osteoporosis (OP) para su distribución entre pacientes mayores con OP.

**Métodos:** Tras la revisión sistemática de bibliografía actual sobre la prevención de fragilidad y caídas en la persona mayor, el GESVR ha elaborado un tríptico con recomendaciones y consejos para poder informar a los pacientes con OP que acudan a las consultas de Reumatología en hospitales de la Comunidad Valenciana.

**Resultados:** La elaboración del tríptico permite disponer al paciente con OP de información relevante que debe conocer para prevenir las caídas y las posteriores fracturas por fragilidad. El tríptico se estructura en información sobre: Definición de la OP y las caídas; Recomendaciones dietéticas y ejercicio físico; Causas de caídas y consejos para su prevención; Contacto del GESVR ([www.svreumatologia.com](http://www.svreumatologia.com)). El tríptico ha sido enviado a todos los Servicios de Reumatología de la Comunidad Valenciana para su difusión, con el fin de que los pacientes reciban la información más completa y adecuada sobre su patología.

**Conclusiones:** Un porcentaje relevante de pacientes que se atienden en las consultas de Reumatología, tanto de médico como de enfermería, son pacientes potenciales con alto riesgo de caída. La utilización del tríptico diseñado en la consulta de Enfermería en Reumatología podría suponer una herramienta muy relevante en la educación del paciente con OP y en la prevención de caídas.