

## Politerapia e farmaci che potrebbero aumentare il rischio di caduta

Il continuo incremento della popolazione anziana si accompagna ad un più frequente ricorso all'assunzione quotidiana di più farmaci (politerapia), come confermato dal **Rapporto Nazionale dell'AIFA sull'uso dei farmaci in Italia** nel 2022, fra i quali potrebbero esservi dei farmaci che potrebbero aumentare il rischio di caduta (FRIDs - Fall-Risk-Increasing Drugs).



## Anziani e farmaci in Sardegna

Dall'indagine Passi d'Argento dell'Istituto Superiore di Sanità, riferita al periodo 2021-2022, risulta che:

- **solo il 16% degli anziani sardi** intervistati ha dichiarato che **il proprio medico ha controllato la corretta assunzione delle medicine** nei 30 giorni precedenti l'intervista, **dato statisticamente peggiore di quello nazionale** (circa 30%).

Scansiona il QR code per visionare i risultati dell'indagine **Passi d'Argento** dell'Istituto Superiore di Sanità



## Cosa fare in caso di incidente domestico



## Strutture dei Dipartimenti di Prevenzione delle ASL che si occupano di prevenzione degli incidenti domestici

Sassari

sc.promozionesalute@pec.aslsassari.it

Gallura

sisp.olbia@aslgallura.it

Nuoro

dipartimento.prevenzione@aslnuoro.it

Ogliastra

igienepubblica@aslogliastra.it

Oristano

igienepubblica.oristano@aslорistano.it

Medio Campidano

igiene.pubblica@aslmediocampidano.it

Sulcis Iglesiente

igienepubblica.carbonia@aslsulcis.it

Cagliari

igienepubblica@ascagliari.it

Piano Regionale della Prevenzione 2020-2025  
PP5 – Sicurezza negli ambienti di vita

## CADUTE DEGLI ANZIANI: CRITICITÀ LEGATE ALLE TERAPIE FARMACOLOGICHE

La maggior parte dei ricoveri per incidenti domestici riguarda gli anziani, ed è dovuta principalmente a cadute che interessano soprattutto le donne ultra 64enni.



Fra le principali cause delle cadute in ambiente domestico figurano le alterazioni sensoriali e dell'equilibrio, ascrivibili anche a criticità legate alle terapie farmacologiche

## Cadute degli anziani in ambiente domestico



Le cadute degli anziani in ambiente domestico rappresentano una priorità per la sanità pubblica a causa della loro frequenza e gravità.

**In Sardegna nel 2021 ben il 75% del totale dei ricoveri per incidente domestico riguarda persone ultra 64enni, soprattutto donne.**

La maggior parte di tali ricoveri è dovuto **a fratture per cadute**, con **gravi conseguenze in termini di disabilità e perdita di sicurezza**.

Una caduta precedente può determinare timore nel muoversi per paura di ricadere, e dunque riduzione del senso di autonomia e dell'autostima, condizionando fortemente lo stile di vita dell'anziano, rendendolo meno attivo e sempre più sedentario, con conseguente riduzione della forza muscolare e incremento delle probabilità di insorgenza di patologie croniche (obesità, patologie cardiovascolari, ipertensione, diabete).

## Principali cause delle cadute in ambiente domestico

- **caratteristiche dell'ambiente**
- **disturbi della deambulazione/riduzione della forza muscolare**
- **alterazioni sensoriali e dell'equilibrio**, che possono essere ascritte anche a **criticità legate alle terapie farmacologiche**



## Qualche semplice consiglio



**Non esitare a porre al tuo medico domande dettagliate sulla corretta modalità di assunzione delle medicine e attieniti sempre alle sue indicazioni**

**Prima che il medico prescriva un farmaco, è indispensabile informarlo di eventuali farmaci e integratori che stai già assumendo**



**Oltre agli effetti benefici, un farmaco può comportare effetti indesiderati: se noti la comparsa di qualche disturbo insolito dopo aver iniziato l'assunzione di un farmaco, segnalalo subito al medico**



**Non sollecitare il medico a prescrivere farmaci: i farmaci non possono sostituirsi a corrette abitudini alimentari e stili di vita (es. attività fisica regolare).**



**Informa il tuo medico in caso di alterazioni del tuo stato di salute dovuta a fattori esterni (es. modifica dei valori della pressione dovuta a caldo/freddo) che possono influire sui farmaci che assumi**



**Aiutati nella corretta assunzione dei farmaci con strumenti come app e promemoria sul cellulare o contenitori portapillole, oppure fatti aiutare da familiari e/o caregiver**



Per consultare altro materiale informativo sulla prevenzione delle cadute negli anziani, **scansiona il QR code** e visita il Sito Tematico regionale **SardegnaSalute**



**Evita il fai-da-te!**