

Piano Regionale della Prevenzione 2020-2025

PP5 – Sicurezza negli ambienti di vita

PREVENZIONE DELLE CADUTE FARMACO-CORRELATE NELL'ANZIANO

Le cadute degli anziani rappresentano un evento di grande importanza per la sanità pubblica a causa delle gravi conseguenze (perdita della sicurezza, accelerazione del declino funzionale, depressione e isolamento sociale). **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 importanti conseguenze in termini di disabilità e perdita di autonomia.



Principali cause delle cadute in casa:

caratteristiche dell'ambiente
disturbi della deambulazione e riduzione della forza muscolare
alterazioni sensoriali e dell'equilibrio ascrivibili anche a **criticità legate alle terapie farmacologiche**

L'assunzione di più farmaci al giorno (**politerapia**) è un fenomeno in aumento, correlato all'invecchiamento e alla compresenza di più malattie croniche. Questo può comportare problemi di aderenza al trattamento, confusione tra le diverse medicine da assumere, così come il rischio di eventi avversi o di ridotta efficacia della terapia dovuta a interazioni tra farmaci o tra questi e i nutrienti assunti con la dieta.

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



Anziani e farmaci in Sardegna

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

l'81% degli anziani sardi intervistati ha dichiarato di aver assunto farmaci nella settimana precedente l'intervista e circa il 34% ha dichiarato di aver assunto quattro o più farmaci diversi (dato migliore del valore nazionale, di circa il 39%);

solo il 16% degli anziani 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%).



Alcuni suggerimenti pratici per prevenire il rischio di caduta

- informa sempre il tuo medico dei farmaci che già assumi, fai domande dettagliate sul modo corretto di assumere le medicine e attieniti sempre alle sue indicazioni
- se osservi la comparsa di qualche disturbo insolito, dopo aver iniziato ad assumere un farmaco, segnalalo subito al medico
- aiutati nella corretta assunzione dei farmaci con app e promemoria sul cellulare o contenitori portapillole, oppure chiedi aiuto ai familiari e/o caregiver
- non assumere mai farmaci con bevande alcoliche (possibilmente non berne mai), latte, pompelmo
- mantieni un corretto stile di vita (alimentazione sana e attività fisica regolare)

evita il fai da te!

