Prevenzione delle cadute negli anziani

Data 10 febbraio 2019
Categoria geriatria

Una revisione Cochrane suggerisce che vi sono ancora incertezze su quali siano gli interventi efficaci per ridurre le cadute negli anziani istituzionalizzati.

Le **cadute negli anziani** , soprattutto quelli che vivono in case di riposo o che sono ospedalizzati, costituiscono un evento grave, con importanti ripercussioni su morbilità e mortalità.

Per valutare quali siano gli interventi più efficaci per la loro prevenzione è stata effettuata una revisione sistematica Cochrane che ha analizzato i dati della letteratura ed aggiornato precedenti revisioni del 2010 e 2012.

In totale si tratta di **95 RCT per un totale di oltre 138000** partecipanti (71 RCT effettuati in case di riposo e 24 in ospedali).

Gli interventi esaminati erano l'esercizio fisico, la revisione periodica dei farmaci assunti, la vitamina D, gli interventi multifattoriali, i sensori di allarme applicati al letto.

Nelle **case di riposo** l'efficacia dell' esercizio fisico, della revisione dei farmaci assunti e degli interventi multifattoriali è incerta oppure piccola, mentre la vitamina D può ridurre le cadute.

Negli **ospedali** è incerta l'efficacia della fisioterapia e dei sensori di allarme applicati al letto; gli interventi multifattoriali possono ridurre il rischio di cadute, soprattutto però in un setting specifico (pazienti subacuti).

Come si può vedere, purtroppo, vi sono molte **zone di incertezza** e per pochi interventi si può dire che possono ridurre le cadute.

Si deve sottolineare che, secondo gli autori della revisione, molti studi erano ad **elevato rischio di bias** , soprattutto a causa della mancanza di cecità, mentre la qualità delle evidenze è stata ritenuta bassa o molto bassa, a parte poche eccezioni.
Infine, **dato non trascurabile** , un esito importante come le fratture, veniva poco riportato nei vari studi.

Renato Rossi

Bibliografia

1. Cameron ID et al. Interventions for preventing falls in older people in care facilities and hospitals. Cochrane Database Syst Rev. Pubblicato online il 7 settembre 2018.