

Recuperarse de una fractura de cadera en una residencia de mayores

Pasar la convalecencia en espacios como el Residencial del Montepío en Felechosa es una opción que eligen muchas familias para garantizarse unos cuidados de calidad

Elena CASERO

Bcontent

La incidencia de la fractura de cadera en España es de 153,24 casos por cada 100.000 habitantes, aunque en regiones como Asturias, donde la incidencia del envejecimiento es mayor, esta cifra es más elevada. La buena noticia es que esta incidencia está remitiendo tanto a nivel nacional como en Europa, en parte gracias a la mejora de los cuidados, la alimentación, la introducción de fármacos para tratar la osteoporosis y la concienciación de la sociedad sobre este problema de salud, las pautas de ejercicio, etcétera.

Siendo una dolencia tan común, no es extraño que sean varias las soluciones que se le presentan a los pacientes y sus familiares, siendo la residencia de mayores una de las opciones más recomendables. Aunque muchas personas piensan equivocadamente que las residencias geriátricas son una elección sin retorno, lo cierto es que cada vez más centros avanzados de mayores, como el del Montepío en Felechosa, ofrecen la posibilidad de optar a estancias temporales, casi siempre debidas a respiro familiar o para la recuperación tras un problema de salud. En el caso de fracturas de cadera, un problema que sufren alrededor de 50.000 personas al año en España –sus causas principales, en el caso de los ancianos, son la osteoporosis, las caídas o la reducción de actividad física–, la recuperación se extiende más allá de la cirugía y la posterior rehabilitación. De hecho, la fisioterapia tras una fractura de cadera puede prolongarse durante varias semanas, en las que, además, la movilidad del paciente se ve reducida.

Debido a esta dilatación en el tiempo de la recuperación, muchas familias deciden optar por un centro de mayores para garantizar los cuidados del paciente. En este sentido, la Residencia de Felechosa ha ido especializándose, apostando por técnicas nuevas como la terapia acuática Halliwick, y sobre todo, con personal sanitario multidisciplinar dirigido al trabajo rehabilitador especializado en estas dolencias, de manera



Arriba, personal y residentes de la Residencia de Felechosa. A la izquierda, sesión de rehabilitación en el spa de la residencia. | Fotos cedidas a LNE



por supuesto, y con todas las necesidades básicas cubiertas –comida, limpieza, etcétera–, incluso la del ocio más allá de sus tiempos de trabajo rehabilitador, pues obtener bienestar en la estancia ayuda al proceso.

Muchas razones para acudir a residencias especializadas

Como explican desde la Residencia de Felechosa, los centros que ofrecen estancias temporales para pacientes con fractura de cadera realizan de entrada una valoración geriátrica previa al ingreso del paciente para evaluar el antes y el después de aquello que motivó la entrada en la residencia. Con ello se busca analizar el estado en que se encuentra para poder pautar un tratamiento y unos cuidados personalizados, siempre encaminados a su recuperación. Además, se presta especial atención a su estado de salud general, incluyendo la mental y, sobre todo, al estado de ánimo que presenta. De este modo, los profesionales del centro pueden hacer partícipe al paciente de actividades lúdicas y sociales que le permitan sobrellevar mejor su problema de salud.

Estancias temporales, un servicio muy demandado

La unidad especializada de la Residencia de Felechosa permite realizar un tratamiento y seguimiento de las facultades musculoesqueléticas,

con un equipo profesional compuesto por médicos geriatras, traumatólogos, rehabilitadores, fisioterapeutas, terapeuta ocupacional e incluso dietistas, dado que habrá que adaptar la nutrición de los mayores a su situación.

Entre las medidas rehabilitadoras es aconsejable comenzar con un plan de reentrenamiento gradual adaptado a la capacidad de esfuerzo del anciano y de realizar las adaptaciones necesarias o entrenar el uso de productos de apoyo que faciliten el proceso rehabilitador, siempre supervisado por los profesionales de la residencia. Es importante resaltar que todas las atenciones adoptadas deben mejorar significativamente la movilidad y las capacidades del residente.

Asimismo, es esencial que el personal comprenda la situación en que se encuentran estas personas, que muchas veces no están preparadas para abandonar sus hogares, aunque sea de forma temporal, y quedar ingresados en la residencia de mayores. La empatía y las ganas de demostrar al paciente que podrá recuperarse gracias a la ayuda de estos profesionales será una de las claves para que las familias opten por un centro en lugar de por otro de la competencia a la hora de recuperar de una fractura de cadera a sus seres queridos. La finalidad es devolver al paciente al nivel de función previo a la fractura y en el menor tiempo po-

sible. Por eso, la Residencia de Felechosa apuesta por una unidad multidisciplinar ortogeriátrica que asegure un seguimiento de las facultades musculoesqueléticas. La importancia de tener un equipo profesional y capacitado de médico geriatra, fisioterapeutas, terapeuta ocupacional e incluso dietistas, será fundamental.

También lo es el entorno de la residencia, el cual debe ser adaptado, social y accesible. Espacios que mejoren la calidad de vida, que fomenten las actividades de cada jornada, como los programas culturales e intergeneracionales que se desarrollan en Felechosa, con plenas garantías, así como la participación de la familia en el proceso, apostando por una buena comunicación entre todas las partes. En este sentido, la Residencia de Felechosa es experta en dar todo el soporte que precisan esas convalecencias, además de contar con un entorno de alto valor ambiental, así como con spa, lo que ayuda mucho a que quienes pasan por el trance de una cadera rota den el paso a una estancia de un mes o dos hasta poder retornar a su domicilio con garantías de autonomía para ellos y la familia.

En la actualidad existen importantes estudios comparativos que han analizado las variaciones en esta incidencia de la fractura de cadera en España durante las últimas décadas. En el Principado se analizó la epidemiología de la fractura de cadera a través de las historias clínicas de todos los pacientes mayores de 45 años ingresados durante un año y que residían en dos áreas sanitarias de la región: una representativa de un hábitat rural, como la zona del alto Aller donde se asienta la Residencia de Felechosa del Montepío, y otra de un hábitat urbano, tipo Oviedo, Mieres o Langreo. Excluyendo las fracturas patológicas, los autores identificaron 283 fracturas de cadera osteoporóticas, 225 de ellas en mujeres. La incidencia anual fue de 219,6/105 habitantes en los mayores de 50 años, siendo tres veces superior en las mujeres mayores de 45 años que la de los varones de su misma edad (271 frente a 88/105, respectivamente). Observaron, además, un incremento exponencial de la incidencia con la edad, comprobando que ésta se duplicaba en cada quinquenio a partir de los 75 años y en ambos sexos. La incidencia global de fracturas fue similar en ambas áreas sanitarias. La incidencia de fractura de cadera en el hábitat rural fue de 167,4/105 habitantes-año en mayores de 45 años y de 218,9/105 y año en el hábitat urbano, para el mismo grupo de edad. La incidencia en individuos mayores de 50 años también fue superior en el hábitat urbano que en el rural. Finalmente, no se hallaron diferencias en la proporción de mujeres y varones fracturados procedentes de ambos hábitats.

Datos

- ▶ **Nombre:** Residencia de Felechosa del Montepío.
- ▶ **Dirección:** Barrio Parte Alta, Las Pedrosas, 2 (salida sur de Felechosa).
- ▶ **Teléfonos:** 985.487.511 / 985.487.586 / 628.541.487.
- ▶ **Correo electrónico:** info@residenciaspafelechosa.com
- ▶ **Web:** www.residenciaspafelechosa.com
–Visitas y consultas sin compromiso.

que pueden ofrecer cuidados constantes y un seguimiento a la evolución del paciente. Otra de las claves es la seguridad a paciente y familia, garantizando un entorno seguro, adaptado a su situación, accesible

DESTINO DE SOL
DE LOS ALCÁZARES
MONTEPIO

Turismo
de sol,
salud
y ocio



RESERVA EN NUESTRA WEB
Mejor precio garantizado

www.destinosdesol.es
reservaslosalcazares@destinosdesol.es
Residencial Los Alcázares del Mar Menor
Avenida Europa, 2. Los Narejos 968 334 502