



Jessica Rispoli
Fisioterapista Osteopata DO


RISCHIO CADUTE NELLA TERZA ETA'

PREVENZIONE E CURA

PEDRENGO 18-04-2026



DEFINIZIONE

- Il rischio caduta è definito come la probabilità che una persona, a causa di fattori intrinseci (fisici) o estrinseci (ambientali), subisca un evento involontario comportante un impatto a un livello inferiore, come il suolo o il pavimento. È un evento multifattoriale, frequente in ospedale e negli anziani, spesso prevenibile
- 



EPIDEMIOLOGIA

- ▶ le cadute sono la seconda causa di morte accidentale nel Pianeta (**dati OMS 2018**)
- ▶ Le cadute sono più frequenti con l'avanzare dell'età (le riferiscono il 5% dei 65-74enni e il 9% degli ultra 85enni), fra le donne (7% vs 5% negli uomini) e fra le persone con molte difficoltà economiche (11% vs 5% di chi non ne ha) (**SORVEGLIANZA PASSI D'ARGENTO – ISS**)

LE CAUSE...

FATTORI INTRINSECI

STATO DI SALUTE FISICO

PROBLEMI DI EQUILIBRIO

ASSUNZIONE DI FARMACI

FATTORI ESTRINSECI

AMBIENTE DOMESTICO

AMBIENTE ESTERNO

DIFFICOLTA' FINANZIARIE

FATTORI SITUAZIONALI

ATTIVITA' O CIRCOSTANZA PERICOLOSA!



...E LE CONSEGUENZE!

DANNI FISICI

LESIONI CUTANEE

FRATTURE

MORTE!!

DANNI PSICOLOGICI

LIMITAZIONI PERSONALI/
NECESSITA' DI
ASSISTENZA



PAURA E INSICUREZZA



DECONDIZIONAMENTO
FISICO

CARVEGIVERS E OPERATORI

- ▶ utilizzo di uno strumento per la valutazione del rischio di caduta, tra quelli descritti in letteratura;
- ▶ interventi di educazione sanitaria all'utente e al caregiver per l'adozione di comportamenti e misure che riducano il rischio di cadute nel contesto abitativo;
- ▶ monitoraggio attraverso visite di personale sanitario periodiche a domicilio;
- ▶ contatto con la rete di comunità (MMG, Servizi Sociali, Volontariato, Vicinato) a seconda dei bisogni socio-sanitari emergenti.



INTERVENIRE SULL'AMBIENTE DOMESTICO

- ▶ ELIMINARE TAPPETI ED ELEMENTI CHE AUMENTINO IL RISCHIO DI SCIVOLAMENTO E MOBILIO INSTABILE
- ▶ UTILIZZO DI AUSILI SE NECESSARIO SIA FISSI CHE MOBILI
- ▶ AUMENTARE L'ILLUMINAZIONE
- ▶ UTILIZZARE CALZATURE ADEGUATE, MEGLIO SE CHIUSE
- ▶ SISTEMI DI ALLARME INDOSSABILI



CIRCOLO VIRTUOSO





E IN CASO DI CADUTA?

- ▶ VALUTARE LA GRAVITA' MA IN OGNI CASO AVVISARE APPENA POSSIBILE UN PARENTE O L'ASSISTENZA SANITARIA DI EMERGENZA
>>> NUMERO UNICO 112 <<<
- ▶ CERCARE DI METTERSI IN SICUREZZA EVITANDO ULTERIORI DANNI
- ▶ APPLICARE NELL'ATTESA GHIACCIO O TAMPONI IN CASO DI FERITE APERTE
- ▶ SE SI SENTE DOLORE RISPETTARLO E FARE VALUTARE DA PERSONALE SANITARIO PREPARATO !



Jessica Rispoli

Fisioterapista Osteopata DO

GRAZIE DELL'ATTENZIONE !