



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE SANIDAD



ESTRATEGIA
PROMOCIÓN DE LA SALUD
Y PREVENCIÓN EN EL SNS

ACTUALIZACIÓN DEL DOCUMENTO DE CONSENSO SOBRE PREVENCIÓN DE LA FRAGILIDAD EN LA PERSONA MAYOR (2022)

Soledad Justo Gil

Area de Prevención

SG de Promoción de la Salud y Prevención

Ministerio de Sanidad

Madrid, 15 de diciembre de 2022

Índice



Presentación de la jornada

La fragilidad

La implementación del abordaje de fragilidad

Actualización del documento

Logros alcanzados

Retos futuros

Índice



Presentación de la jornada

La fragilidad

La implementación del abordaje de fragilidad

Actualización del documento

Logros alcanzados

Retos futuros



Motivación



La jornada está planteada de **manera operativa** con el fin de poder generar un debate que nos lleve a conocer nuevas **herramientas** y extraer **conclusiones** que nos ayuden en la implementación del abordaje de la fragilidad desde cada uno de los ámbitos que competen a los y las profesionales que estáis hoy aquí .

La Jornada

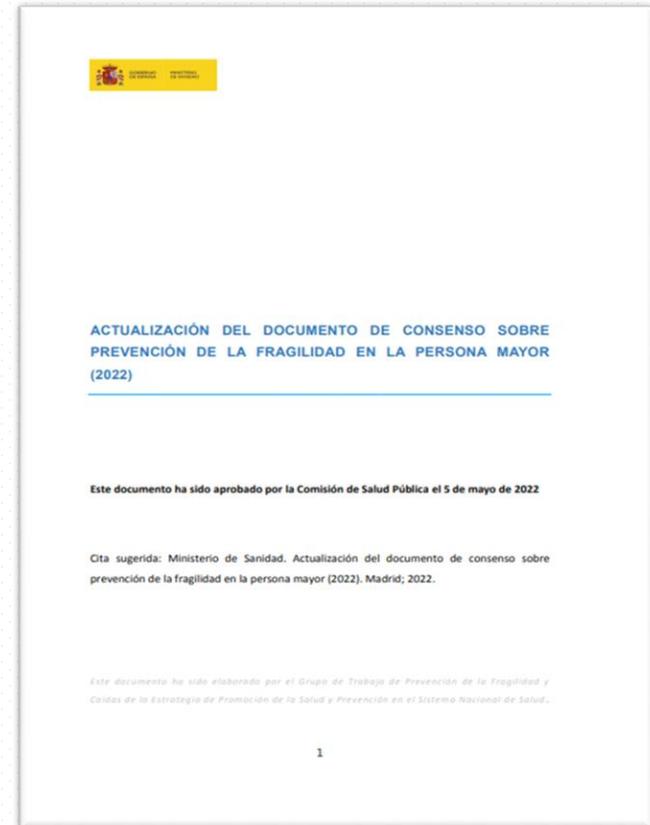


Estructura de la jornada:

Introducción al Documento

Ponencias de Salud Pública, Cartera y A.P.

Trabajo en grupo



La Jornada



Análisis DAFO:

DEBILIDADES

AMENAZAS

FORTALEZAS

OPORTUNIDADES



Índice



Presentación de la jornada

La fragilidad

La implementación del abordaje de fragilidad

Actualización del documento

Logros alcanzados

Retos futuros

La Fragilidad



La **fragilidad** se define como un deterioro progresivo, relacionado con la edad, de los sistemas fisiológicos que provoca una disminución de las reservas de la capacidad intrínseca, lo que confiere una mayor vulnerabilidad a los factores de estrés y aumenta el riesgo de una serie de resultados sanitarios adversos [1].

La Fragilidad en España



- La **fragilidad** es un buen predictor de discapacidad y mortalidad.
- En España el **18%** de las personas mayores de 65 años son frágiles :
 - **12%** a nivel comunitario
 - **45%** en entornos asistenciales



El Abordaje de la Fragilidad



Estrategia de promoción de la salud y prevención en el SNS

En el marco del abordaje de la cronicidad en el SNS

Estrategia aprobada por el Consejo Interterritorial del Sistema Nacional de Salud el 18 de diciembre de 2013

MINISTERIO DE SANIDAD, POLÍTICA SOCIAL Y CONSUMOS

MINISTERIO DE SANIDAD, POLÍTICA SOCIAL Y CONSUMOS

- El **abordaje de la fragilidad** es una de las **acciones prioritizadas** en la Estrategia de Promoción de la Salud y Prevención en el Sistema Nacional de Salud. (2013)
- Se creó el **Grupo de trabajo** de prevención de fragilidad y caídas en la persona mayor de la Estrategia de Promoción de la Salud y Prevención en el SNS (2014)

Índice



Presentación de la jornada

La fragilidad

La implementación del abordaje de fragilidad

Actualización del documento

Logros alcanzados

Retos futuros



Grupo de Trabajo y documentos



Documento de consenso sobre prevención de fragilidad y caídas en la persona mayor
Estrategia de Promoción de la Salud y Prevención en el SNS

2014

“Consenso sobre prevención de fragilidad y caídas en la persona mayor”

MINISTERIO DE SANIDAD, SERVICIOS SOCIALES Y POLÍTICAS TERRITORIALES
COMISIÓN EJECUTIVA DE SALUD PÚBLICA
INSTITUTO DE SALUD CAROLINA

Consenso sobre prevención de fragilidad y caídas en el SNS
Registro en la Historia Clínica Electrónica de Atención Primaria

2017

Documento Registro en la HCE de AP

MINISTERIO DE SANIDAD, SERVICIOS SOCIALES Y POLÍTICAS TERRITORIALES
COMISIÓN EJECUTIVA DE SALUD PÚBLICA
INSTITUTO DE SALUD CAROLINA

Consenso sobre prevención de fragilidad y caídas en el SNS
Guía para desarrollar programas de actividad física multicomponente en recursos comunitarios y locales

2018

Guía para desarrollar programas de AF multicomponente en recursos comunitarios y locales
(Actualizado en 2022)

HOJA DE RUTA PARA EL ABORDAJE DE LA FRAGILIDAD

En el marco de la Estrategia de Promoción de la Salud y Prevención en el Sistema Nacional de Salud y la Acción Conjunta ADVANTAGE



2019

Hoja de ruta para el abordaje de la fragilidad

Recomendaciones para abordaje de la fragilidad en situación de crisis sanitaria generada por la COVID-19

2021

Recomendaciones para el abordaje de la Fragilidad en situación de crisis sanitaria generada por la COVID-19

ACTUALIZACIÓN DEL DOCUMENTO DE CONSENSO SOBRE PREVENCIÓN DE LA FRAGILIDAD EN LA PERSONA MAYOR (2014)

2022

Actualización del documento de consenso sobre prevención de la fragilidad

Evaluación de la Implementación



- **Todas** las CCAA habían iniciado alguna acción para incluir el abordaje de la fragilidad en sus estrategias, programas o acciones pero con resultados muy irregulares.
- Al menos **4 CCAA** habían implementado el algoritmo completo y lo estaban llevando a cabo.
- **4 CCAA** lo habían incluido en la cartera de servicios.
- **4 CCAA** tenía un proyecto avanzado listo para incluirlo en la cartera lo antes posible.



2019

Evaluación de la Implementación



- En todas las CCAA, incluidas aquellas que aún no habían comenzado a implementarse, **la pandemia** de COVID-19 ha sido una **barrera** importante para seguir avanzando.
- Es un desafío continuar con este proceso y lograr la meta de que para el **2025** casi el **80%** de las CCAA hayan implementado el programa.



2019

Índice



Presentación de la jornada

La fragilidad

La implementación del abordaje de fragilidad

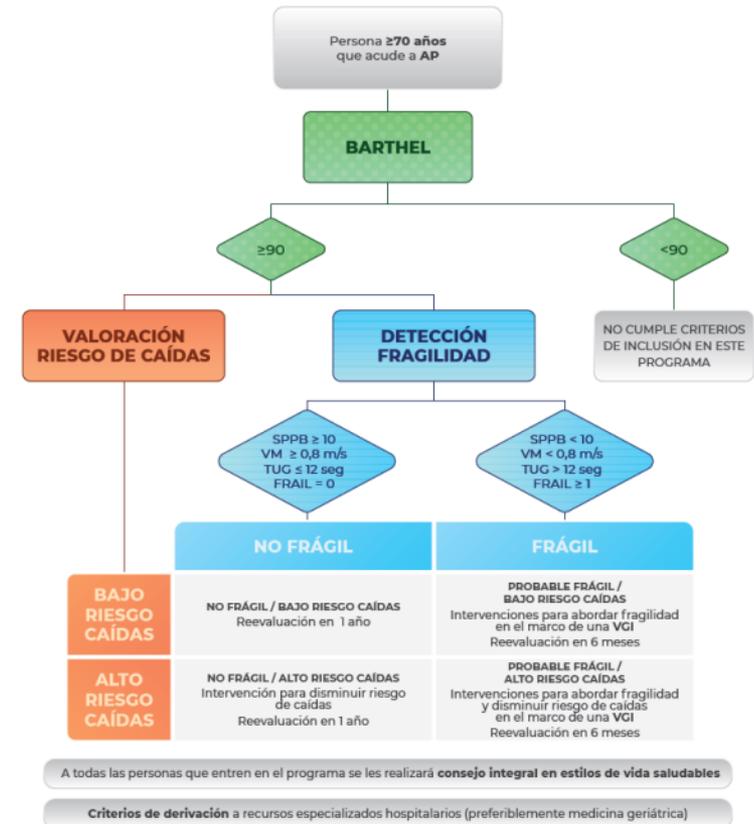
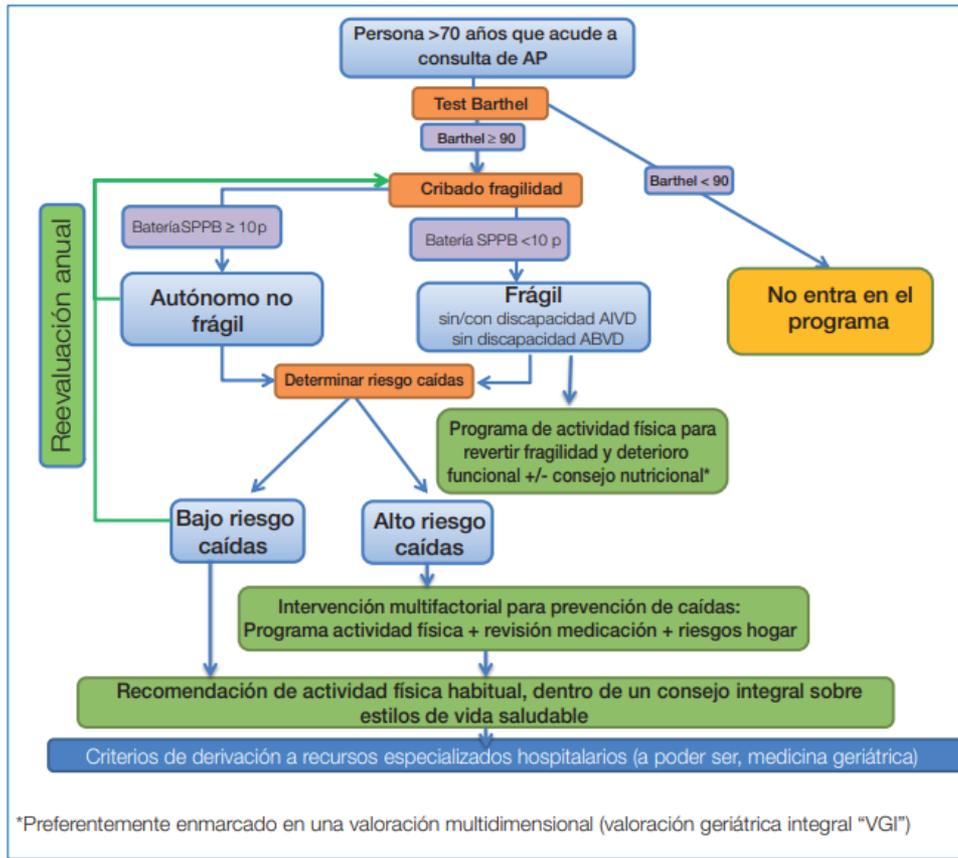
Actualización del documento

Logros alcanzados

Retos futuros



Actualización del Documento



AP: Atención Primaria; VGI: Valoración Geriátrica Integral

Actualización del Documento



- Centrado sobre todo en **Atención primaria**.
- Se captan a las personas que pueden beneficiarse del programa mediante el **Índice de Barthel**: no se incluyen personas con menos de 90 puntos.
- **Detección de fragilidad**:
 - pruebas de ejecución como SPPB, velocidad de marcha (mismo nivel) o TUG
 - Cambio punto corte TUG 20 → 12
 - o índice FRAIL cuando no es posible la presencialidad (como ocurrió durante las restricciones por COVID-19).
 - Cambio punto corte FRAIL ≥ 1 cuando se hace junto a Barthel

Actualización del Documento



- Pruebas diagnósticas

- ✓ Las **pruebas diagnósticas** de fragilidad como fenotipo de Fried o FTS-5, no se están utilizando en el ámbito de la atención primaria en España.
- ✓ Actualmente establecemos intervenciones basadas en la **alta sospecha de fragilidad**.
- ✓ Por tanto, es un objetivo de futuro basar las intervenciones en pruebas diagnósticas de fragilidad.

Actualización del Documento



- **Valoración Geriátrica Integral** y plan de cuidados con prescripción de intervención individualizada en base a:
 - ✓ Programa de ejercicios multicomponente
 - ✓ Valoración y recomendaciones nutricionales
 - ✓ Revisión de medicación
 - ✓ Otras intervenciones de fragilidad basadas en la evidencia

Actualización del Documento



- Se han actualizado
 - Periodos de reevaluación
 - criterios de derivación a nivel **hospitalario o de atención sociosanitaria.**
- Recomendaciones para la detección precoz de la fragilidad en el **ámbito no sanitario y comunitario** con derivación al centro de salud.



Materiales Complementarios



PREVENIR LA FRAGILIDAD ES POSIBLE

¿QUÉ ES LA FRAGILIDAD?

- Es un **deterioro** progresivo del **organismo**, relacionado con la **edad**.
- Que disminuye nuestras capacidades y nos hace **más vulnerables** a enfermedades y problemas de salud.
- Supone un aumento de nuestro **riesgo de enfermar** de manera más grave, de discapacidad e incluso mayor mortalidad.

¿QUÉ PUEDO HACER PARA PREVENIR LA FRAGILIDAD?

OPTA POR ESTILOS DE VIDA SALUDABLE:

- Actividad física ↑
- Alimentación saludable
- Bienestar emocional

Sedentarismo ↓ Tabaco ↓ Alcohol ↓

¿TODAS LAS PERSONAS MAYORES SON FRÁGILES?

¡NO!
SER MAYOR NO IMPLICA SER FRÁGIL.
Las personas mayores: **no son todas iguales.**

¿Y SI ME DICEN QUE SOY UNA PERSONA FRÁGIL?

La fragilidad se puede **prevenir, detectar y revertir**.
Tu **profesional sanitario** de referencia lo valorará e indicará una intervención individualizada.

REVISAR MEDICACIÓN

PARTICIPA EN LA COMUNIDAD
Únete a los recursos de la comunidad <https://localizasalud.sanidad.gob.es/>

LOCALIZA salud
Red de atención primaria

Consulta fuentes oficiales: Envejecimiento saludable y prevención de fragilidad www.sanidad.gob.es Mayo 2022

ABORDAR LA FRAGILIDAD ES POSIBLE

INFORMACIÓN PARA PROFESIONALES

¿QUÉ ES LA FRAGILIDAD?

- Un **deterioro** progresivo, **relacionado** con la **edad** de los sistemas fisiológicos que provoca una **disminución de la reserva biológica**, y por tanto, de su **capacidad intrínseca**.
- Confiere una **mayor vulnerabilidad** a los factores de estrés y aumenta el riesgo de una serie de resultados sanitarios adversos.

¿CÓMO SE PREVIENE?

Promoviendo estilos de vida y entornos saludables. Consejo integral en Estilos de Vida en Atención Primaria.

www.sanidad.gob.es/informacion/comunicacion/promocion/estrategia/EnvejecimientoSaludable/Fragilidad/EnvejecimientoSaludable/Fragilidad.pdf

¿CÓMO SE DETECTA?

Persona ≥70 años que acude a AP.

BIENHECHUR

VALORACIÓN DE CAÍDAS

NO FRÁGIL: NO CAÍDAS EN LOS ÚLTIMOS 12 MESES

FRÁGIL: CAÍDAS EN LOS ÚLTIMOS 12 MESES

DETECCIÓN DE FRAGILIDAD

NO FRÁGIL: NO FRÁGIL / FRÁGIL: FRÁGIL

¿CÓMO SE TRATA?

Ejercicio físico multicomponente

Resistencia aeróbica, Flexibilidad, Equilibrio, Fuerza muscular

Nutrición

Recomendaciones sobre ingesta de proteínas y vitaminas. Cálculo evaluación nutricional.

Revisar medicación

- ¿Es posible reducir nº prescripciones?
- Revisar prescripciones **NO** adecuadas.
- Criterio **FRAGILIDAD**.

Consulta fuentes oficiales: Envejecimiento saludable y prevención de fragilidad www.sanidad.gob.es Mayo 2022

ABORDAR LA FRAGILIDAD DESDE LA COMUNIDAD

INFORMACIÓN PARA DECISORES

¿QUÉ ES LA FRAGILIDAD?

- Es un **deterioro** progresivo del **organismo**, relacionado con la **edad**.
- Disminuye nuestras capacidades y nos hace **más vulnerables** a enfermedades y problemas de salud.
- Supone un aumento de nuestro **riesgo de enfermar** de manera más grave, de discapacidad e incluso mayor mortalidad.

¿QUÉ SE PUEDE HACER PARA PREVENIR LA FRAGILIDAD?

Promover estilos de vida y entornos saludables.

¿DÓNDE SE PUEDE DETECTAR LA FRAGILIDAD?

El lugar ideal es el **CENTRO DE SALUD**.

- El también se puede detectar en **RECURSOS COMUNITARIOS** residenciales o no donde acuden frecuentemente las personas mayores, con derivación al CENTRO DE SALUD para su abordaje.

Persona ≥ 70 años en ámbito no sanitario y comunitario.

RESIDENCIAL / **OPORTUNISTA**

FRÁGIL / FRÁGIL

NO CAÍDAS EN LOS ÚLTIMOS 12 MESES / CAÍDAS EN LOS ÚLTIMOS 12 MESES

Valoración de fragilidad

Comprobar riesgo en entorno de vida cotidiano. Realizar Plan de intervención multicomponente cuando sea posible.

Derivación a centro de salud

El objetivo es detectar a personas mayores que no son de difícil intervención en la red de atención de los recursos.

¿CÓMO SE TRATA?

Tras una **Valoración Geriátrica Integral** del equipo de atención primaria, se plantea de forma individualizada y personalizada un **Plan de Intervención**, en el que se incluye:

- Ejercicio físico multicomponente
- Nutrición
- Revisar medicación

Los **RECURSOS DE LA COMUNIDAD** pueden apoyar estas intervenciones.

<https://localizasalud.sanidad.gob.es/>

LOCALIZA salud
Red de atención primaria

Consulta fuentes oficiales: Envejecimiento saludable y prevención de fragilidad www.sanidad.gob.es Mayo 2022

<https://www.sanidad.gob.es/profesionales/saludPublica/prevPromocion/Estrategia/EnvejecimientoSaludable/Fragilidad/Fragilidadycaidas.htm>

Índice



Presentación de la jornada

La fragilidad

La implementación del abordaje de fragilidad

Actualización del documento

Logros alcanzados

Retos futuros

Logros alcanzados



Desarrollo de las líneas de trabajo y objetivos recogidos en la **Hoja de Ruta**.

1. Acción: convertir la fragilidad en una prioridad de salud pública

- Reuniones periódicas del Grupo de Trabajo de prevención de Fragilidad y Caídas de la Estrategia de Promoción de la Salud y Prevención en el SNS.
- Actualización de los documentos producidos por el GT.



Logros alcanzados



Desarrollo de las líneas de trabajo y objetivos recogidos en la **Hoja de Ruta**.

2. Acción: promocionar el abordaje de la fragilidad a nivel poblacional

- Fomentar la puesta en marcha **de iniciativas comunitarias** coordinadas e intersectoriales y con perspectiva de equidad.
- **Evaluar la implementación** del “Documento de consenso sobre prevención de fragilidad y caídas en la persona mayor”.

- **nueva evaluación en 2024.**



Logros alcanzados (en proceso)



Desarrollo de las líneas de trabajo y objetivos recogidos en la **Hoja de Ruta**.

2. Acción: promocionar el abordaje de la fragilidad a nivel poblacional

- **Facilitar y fomentar que los profesionales de la salud de Atención Primaria registren** y monitoricen la presencia de fragilidad de forma homogénea mediante registros electrónicos. **Pendiente revisar el documento de registro**
- Valorar la **explotación de información sobre fragilidad** o proxis en los sistemas de información nacionales, encuestas de salud y otras fuentes. Sugerir la inclusión de indicadores de fragilidad en los sistemas de información.



Logros alcanzados



Desarrollo de las líneas de trabajo y objetivos recogidos en la **Hoja de Ruta**.

3. Acción: promocionar el manejo/abordaje de la fragilidad a nivel

individual

- a. Impulsar y fomentar la **implementación** del “Documento de consenso sobre prevención de fragilidad y caídas en la persona mayor”, a nivel de todas las CCAA.



Logros alcanzados (en proceso)



Desarrollo de las líneas de trabajo y objetivos recogidos en la **Hoja de Ruta**.

4. Acción: establecer y mejorar de manera continuada un modelo

integrado y coordinado de cuidado que aborde la fragilidad.

- e. Fomentar **medidas de coordinación** entre los distintos ámbitos (sanitario, servicios sociales, comunitario) con el fin de garantizar y fortalecer la continuidad en el manejo de la fragilidad y en las transiciones entre niveles asistenciales



Logros alcanzados



Desarrollo de las líneas de trabajo y objetivos recogidos en la **Hoja de Ruta**.

5. Acción: facilitar de manera sostenible la formación de profesionales en fragilidad y envejecimiento

c. Promover actividades de **formación continuada** en envejecimiento y fragilidad para todos

los profesionales de la salud con apoyo, en caso de ser preciso, de las nuevas

tecnologías de la comunicación. Por ejemplo, impulsando y actualizando el curso

“Detección y manejo de fragilidad y caídas en las personas mayores”.



Logros alcanzados



- **Formación de profesionales:**

mas de **5000** profesionales formados

Fragilidad			Inscripciones	Participan	Finalizan	% Finalización	Grado de satisfacción general con el curso (Sobre 10)	Aplicación práctica de los contenidos (%)
Duración media: 3 meses	13/10/2015 a 05/01/2016	1ª Edición	1.221	938	772	82%	8.7	96%
	09/02/2016 a 09/05/2016	2ª Edición	1.101	964	835	87%	8.8	98%
	14/06/2016 a 11/09/2016	3ª Edición	1.649	1.310	1.091	83%	9	97%
	27/03/2017 a 19/06/2017 (ampliado a 03/07/2017)	4ª Edición	1.208	1.097	966	88%	7.7	94%
	26/06/2017 a 26/09/2017 (ampliado a 13/11/2017)	5ª Edición	1.548	1.287	1.142	89%	8.5	95%
	25/01/2021 a 25/04/2021 (ampliado a 25/05/2021)	6ª Edición	436	350	288	82%	9.0	98%
TOTAL			7.163	5.946	5.094	86%	8.6	96%

Logros alcanzados



Desarrollo de las líneas de trabajo y objetivos recogidos en la **Hoja de Ruta**.

5. Acción: facilitar de manera sostenible la formación de profesionales en fragilidad y envejecimiento

d. Apoyar y facilitar la **creación de foros y puntos de encuentro entre profesionales sanitarios y no sanitarios** para favorecer el intercambio de buenas prácticas y la difusión del conocimiento que contribuyan al envejecimiento saludable.

[Webinar: “Actualización del documento de consenso sobre prevención de la fragilidad en la persona mayor \(2022\)”](#)



Logros alcanzados



Desarrollo de las líneas de trabajo y objetivos recogidos en la **Hoja de Ruta**.

6. Acción: fortalecer la capacidad de investigación en envejecimiento y fragilidad

d. Favorecer que los últimos resultados de la investigación se transfieran a la política pública y se diseminen entre la población.

- [Monográfico de fragilidad: "Promoción del envejecimiento saludable a través del abordaje de la fragilidad"](#)
 - [Webinar: "Presente y futuro de la fragilidad"](#)



Índice



Presentación de la jornada

La fragilidad

La implementación del abordaje de fragilidad

Actualización del documento

Logros alcanzados

Retos futuros

Retos Futuros



- Continuar avanzando en el abordaje en fragilidad para alcanzar un **envejecimiento activo y saludable** de la población española.
- Desarrollar las líneas de trabajo y objetivos recogidos en la **Hoja de Ruta**.
 - **Actualización de la prevención de caídas (en proceso)**
- El objetivo es que en **2025**, casi el **80%** de las **CCAA** hayan implementado el programa de abordaje de la fragilidad.





**ESTRATEGIA
PROMOCIÓN DE LA SALUD
Y PREVENCIÓN EN EL SNS**

estrategiapromoprev-fragilidad@sanidad.gob.es



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE SANIDAD