

ABORDAR LA FRAGILIDAD DESDE LA COMUNIDAD



i
Prevenible
Detectable
Tratable

¿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**
- Pero 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.



Actualización del documento de consenso sobre prevención de la fragilidad en la persona mayor (2022)



¿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
MAPA DE RECURSOS PARA LA SALUD

Consulta fuentes oficiales

Envejecimiento saludable y prevención de fragilidad

www.sanidad.gob.es

Mayo 2022

WEB ESTILOS DE VIDA SALUDABLE



GOBIERNO DE ESPAÑA

MINISTERIO DE SANIDAD