



CAIDAS Y ADULTOS MAYORES

Debido al creciente número de adultos mayores, las caídas accidentales son un asunto serio de salud. En la actualidad, más del 10% de los habitantes en el condado son adultos mayores de 65 años. Para el año 2020, 1 de cada 6 habitantes será mayor de 65 años. La prevención de caídas es una manera efectiva de ayudar a que los adultos mayores se mantengan saludables e independientes, y de reducir las muertes prematuras. La prevención ayuda también a quienes cuidan de ellos.

- En el Condado de Santa Clara, las caídas accidentales son la causa principal de muerte y heridas no fatales en adultos mayores.
- En 2015, hubo 8,374 llamadas de emergencia por caídas de adultos mayores; 64% fueron casos de adultos mayores de 80 años.

Prevención

Hay cuatro maneras efectivas de prevenir caídas:

- **Hacer ejercicio**
- **Revisión de la vista**
- **Modificaciones de vivienda**
- **Evaluación de los medicamentos**

Para más información sobre cómo prevenir caídas, visite: www.svhap.org

