



PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DEL ECUADOR SEDE SANTO DOMINGO

Escuela de Ciencias de la Salud

Efectividad de las intervenciones de enfermería en la prevención de caídas en el adulto
mayor

Effectiveness of nursing interventions for fall prevention in older adults

TRABAJO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR

Previo a la obtención del título de Licenciado en Enfermería

Línea de investigación: Salud y grupos vulnerables

Autoría:

Joel Antonio Alava Castro

Dirección:

Arias Salvador Verónica Karina, Dr. Sc

Santo Domingo – Ecuador
Julio, 09/2026



PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DEL ECUADOR SEDE SANTO DOMINGO

Escuela de Ciencias de la Salud

HOJA DE APROBACIÓN

Efectividad en las intervenciones de enfermería en la prevención de caídas del adulto mayor

Effectiveness of nursing interventions for fall prevention in older adults

Línea de investigación: Salud y grupos vulnerables

Autoría:

Joel Antonio Alava Castro

Revisado por:

Arias Salvador Verónica Karina, Dra.
DIRECTORA DEL TRABAJO DE
INTEGRACIÓN CURRICULAR

Aules Merchancano Sandy Aules, Mg.
CALIFICADORA

Garcia Salas Jessica Marjorie, Mg.
CALIFICADORA

Arias Salvador Verónica Karina, Dra.
COORDINADORA DE LA CARRERA DE GRADO

Santo Domingo – Ecuador
Julio, 09/2026

DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD Y RESPONSABILIDAD

Yo, Joel Antonio Alava Castro, portador de la cédula de ciudadanía 1724779796, declaro que los resultados obtenidos en la investigación que presento como informe final, previo a la obtención del Título de Licenciado en Enfermería son absolutamente originales, auténticos y personales.

En tal virtud, declaro que el contenido, las conclusiones y los efectos legales y académicos que se desprenden del trabajo propuesto de investigación y luego de la redacción de este documento son y serán de mi sola y exclusiva responsabilidad legal y académica.

Igualmente, declaro que todo resultado académico que se desprenda de esta investigación y que se difunda tendrá como filiación la Pontificia Universidad Católica del Ecuador Sede Santo Domingo, reconociendo en las autorías a la directora del Trabajo de Integración Curricular y demás profesores que amerita.

Además, declaro que el presente trabajo, producto de las actividades académicas y de investigación, forma parte del capital intelectual de la Pontificia Universidad Católica del Ecuador, Sede Santo Domingo, de acuerdo con lo establecido en el artículo 16, literal j), de la Ley Orgánica de Educación Superior.

En tal razón, autorizo a la Pontificia Universidad Católica del Ecuador, Sede Santo Domingo, para que pueda hacer uso, con fines netamente académicos, del Trabajo de Integración Curricular, ya sea de forma impresa, digital y/o electrónica o por cualquier medio conocido o por conocerse, siendo el presente documento la constancia del consentimiento autorizado; y, para que sea ingresado al Sistema Nacional de Información de la Educación Superior del Ecuador para su conocimiento público, en cumplimiento del artículo 103 de la Ley Orgánica de Educación Superior.



Alava Castro Joel Antonio
C.C. 1724779796

DEDICATORIA

En primer lugar, dedico este trabajo a Dios, por ser mi guía, mi fortaleza y la fuente de sabiduría que me permitió seguir adelante incluso en los momentos más difíciles, iluminando mi camino y dándome la confianza necesaria para alcanzar esta meta. A mi esposa, por su amor, comprensión, paciencia y apoyo incondicional durante todo este proceso académico. Gracias por estar presente en cada desafío y por ser mi compañera de vida, brindándome palabras de aliento y motivándome a no rendirme ante las dificultades. A mis padres, por sus sacrificios, enseñanzas y valores, por inculcarme la responsabilidad, la perseverancia y el esfuerzo como pilares fundamentales para alcanzar mis sueños. Su confianza y apoyo han sido una inspiración constante en mi vida. A mis hijos, quienes representan mi mayor motivación y la razón de mi deseo de superación. Cada esfuerzo realizado ha sido pensando en ustedes, con la esperanza de que este logro les sirva de ejemplo para perseguir sus sueños con dedicación, disciplina y fe. A todos ellos, les dedico este logro académico con profundo amor y gratitud, porque han sido parte esencial de este camino y de la culminación de una de las metas más importantes de mi vida profesional.

INFORME DE TRABAJO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR ESCRITO

Mikel Ugando Peñate, PhD

Responsable de Investigación Formativa

Pontificia Universidad Católica del Ecuador Sede Santo Domingo

De mi consideración,

Por medio del presente informe en calidad de directora del Trabajo de Integración Curricular de Licenciatura en Enfermería titulado: EFECTIVIDAD DE LAS INTERVENCIONES DE ENFERMERÍA EN LA PREVENCIÓN DE CAÍDAS EN EL ADULTO MAYOR, realizado por el estudiante: Joel Antonio Alava Castro con cédula de ciudadanía 1724779796, previo a la obtención del título de Licenciado en Enfermería, informo que el presente Trabajo de Integración Curricular escrito se encuentra finalizado conforme a la guía y al formato de la Sede vigente.

Además, certifico haber verificado la originalidad y autenticidad del trabajo de integración curricular por medio del programa anti plagio Turnitin, en respuesta a la normativa institucional vigente.

Santo Domingo, 09/07/2026.

Atentamente,



Arias Salvador Verónica Karina, Dra.

Profesor Titular Auxiliar I

RESUMEN

Las caídas en el adulto mayor representan un importante problema de salud pública por sus consecuencias físicas, funcionales y psicosociales, que afectan la autonomía y la calidad de vida. El objetivo de la presente investigación fue analizar la efectividad de las intervenciones de enfermería en la prevención de caídas en el adulto mayor. Se desarrolló un estudio con enfoque cualitativo y diseño de revisión bibliográfica descriptiva. Se identificaron 40 estudios mediante una búsqueda realizada entre mayo y julio de 2026 en las bases de datos PubMed y SciELO, complementada con ScienceDirect. Tras aplicar los criterios de inclusión y exclusión, se analizaron 25 estudios mediante una matriz de revisión bibliográfica y una síntesis narrativa. La evidencia científica permitió identificar como factores asociados con mayor frecuencia a las caídas la edad avanzada, las enfermedades crónicas, la debilidad muscular, las alteraciones del equilibrio y de la marcha, el deterioro cognitivo, la polifarmacia y las limitaciones funcionales. Las intervenciones de enfermería más reportadas incluyeron la valoración integral del riesgo, la educación sanitaria, el ejercicio físico, el entrenamiento del equilibrio y la movilidad, la adecuación del entorno y el seguimiento continuo. Los estudios revisados reportaron una disminución de la incidencia de caídas y mejoras en la capacidad funcional, el equilibrio y la movilidad. Se concluye que las intervenciones de enfermería orientadas a la identificación temprana de factores de riesgo y a la aplicación de estrategias preventivas multifactoriales pueden contribuir a prevenir caídas y favorecer la seguridad y funcionalidad del adulto mayor.

Palabras clave: Adulto Mayor, Accidentes por Caídas, Atención de Enfermería, Prevención de Accidentes, Factores de Riesgo.

ABSTRACT

Falls among older adults represent a major public health problem because of their physical, functional, and psychosocial consequences, which affect autonomy and quality of life. The aim of this study was to analyze the effectiveness of nursing interventions in preventing falls among older adults. A qualitative study with a descriptive literature review design was conducted. Forty studies were identified through searches in PubMed, SciELO, and ScienceDirect between May and July 2026. After applying the inclusion and exclusion criteria, 25 studies were analyzed using a literature review matrix and a narrative synthesis. The reviewed evidence identified advanced age, chronic diseases, muscle weakness, balance and gait impairments, cognitive decline, polypharmacy, and functional limitations as the factors most frequently associated with falls. The most frequently reported nursing interventions included comprehensive fall risk assessment, health education, physical exercise, balance and mobility training, environmental modifications, and continuous follow-up. The reviewed studies reported a reduction in fall incidence and improvements in functional capacity, balance, and mobility. The evidence suggests that nursing interventions focused on early risk identification and multifactorial preventive strategies may contribute to fall prevention and improve the safety and functional capacity of older adults.

Keywords: Aged, Accidental Falls, Nursing Care, Accident Prevention, Risk Factors.

ÍNDICE DE CONTENIDOS

1. INTRODUCCIÓN	1
1.1. Antecedentes	1
1.2. Planteamiento y delimitación del problema.....	4
1.3. Preguntas de investigación.....	6
1.4. Justificación.....	7
1.5. Objetivos de investigación	8
1.5.1. Objetivo general.....	8
1.5.2. Objetivos específicos	8
2. REVISIÓN DE LA LITERATURA	9
2.1. Marco Teórico	9
2.2. Marco conceptual.....	9
2.2.1. Adulto mayor.....	9
2.2.2. Intervenciones de enfermería.....	10
2.2.3. Efectividad	10
2.2.4. Prevención de caídas	10
2.2.5. Rol de enfermería en la reducción del riesgo de caídas.....	11
3. METODOLOGÍA	13
3.1. Enfoque.....	13
3.2. Tipo de investigación.....	13
3.3. Unidad de análisis	13
3.3.2. Muestra.....	14
3.4. Técnicas e instrumentos de investigación	15
3.4.1. Técnica.....	15
3.4.2. Instrumentos de investigación.....	16
4. RESULTADOS	17
4.1. Factores de riesgo asociados a caídas en el adulto mayor	17

4.2.	Intervenciones de enfermería para la prevención de caídas en el adulto mayor	1
4.3.	Impacto de las intervenciones de enfermería sobre la incidencia de caídas y la capacidad funcional del adulto mayor	1
5.	DISCUSIÓN	1
6.	CONCLUSIONES	3
7.	RECOMENDACIONES	4
8.	REFERENCIAS.....	5
9.	ANEXOS.....	10
9.1.	Matriz de revisión bibliográfica	10

1. INTRODUCCIÓN

Las caídas en las personas adultas mayores representan uno de los principales problemas de salud en la población geriátrica, siendo consideradas un síndrome geriátrico de origen multifactorial. La evidencia en la literatura revisada indica que cerca de un tercio de las personas mayores presenta al menos una caída al año, elevándose el riesgo debido al envejecimiento y la presencia de enfermedades crónicas. Estas caídas pueden generar consecuencias graves como fracturas, lesiones, hospitalización, disminución de la autonomía e incluso el fallecimiento, además de afectar el aspecto psicológico, produciendo miedo a volver a caer y disminución de la movilidad, lo que influye negativamente en su calidad de vida (Organización Mundial de la Salud [OMS], 2021).

Las acciones destinadas a evitar las caídas se fundamentan en la identificación temprana de los factores de riesgo y en la implementación de intervenciones de enfermería dirigidas a minimizar su impacto. Entre las principales estrategias se incluyen la valoración integral del paciente, la orientación brindada a las personas mayores y a sus cuidadores, así como el fomento de actividades físicas destinadas a fortalecer la estabilidad corporal y la capacidad muscular, así como la adecuación del entorno para evitar accidentes. Estas acciones permiten disminuir la incidencia de caídas y sus complicaciones, fortaleciendo la autonomía y seguridad del adulto mayor mediante cuidados basados en evidencia científica (Montero et al., 2022).

1.1. Antecedentes

Antecedentes Internacionales:

Pan et al. (2023), en una investigación titulada Efectos de la intervención de movilidad dirigida por enfermeras (NDMI) sobre las actividades de la vida diaria, la movilidad, el miedo a las caídas y el equilibrio en pacientes mayores hospitalizados: un estudio piloto, tuvieron como objetivo evaluar los efectos de una intervención de movilidad

dirigida por enfermeras en adultos mayores hospitalizados. El estudio se desarrolló mediante un diseño piloto preexperimental con evaluación antes y después de la intervención, en el que participaron pacientes adultos mayores hospitalizados. Los resultados evidenciaron una mejoría significativa en las actividades de la vida diaria, la movilidad funcional, el equilibrio y una disminución del miedo a las caídas tras la implementación de la intervención. Se concluyó que la intervención de movilidad liderada por enfermería constituye una estrategia segura y eficaz para promover la recuperación funcional y contribuir a la prevención de caídas en pacientes adultos mayores hospitalizados.

Asimismo, Santos et al. (2024), en un estudio titulado Riesgo de caídas en la población mayor: factores contribuyentes y estrategias de prevención, tuvieron como objetivo analizar las causas y las intervenciones preventivas frente a las caídas. El estudio se desarrolló mediante un análisis narrativo de literatura científica difundida entre 2020 y 2024, recopilada a partir de diversas bases de datos reconocidas a nivel internacional. Los resultados mostraron que las caídas se originan por factores intrínsecos, como la fragilidad, y factores extrínsecos, como los entornos inseguros. Se concluyó que las intervenciones más efectivas son multifactoriales, incluyendo ejercicio físico, adaptación del entorno y educación, con la finalidad de favorecer el bienestar y mejorar las condiciones de vida de las personas adultas mayores.

Además, Cheng et al. (2025), en una investigación titulada Efecto de una intervención dirigida por enfermeras sobre el número de caídas y la aceptación de la discapacidad en pacientes con enfermedad de Parkinson, tuvieron como objetivo evaluar el efecto de una intervención liderada por enfermeras en la prevención de caídas y en la aceptación de la discapacidad en adultos mayores con enfermedad de Parkinson. El estudio se desarrolló mediante un ensayo clínico aleatorizado en el que participaron 240 pacientes mayores de 60 años, distribuidos en un grupo experimental y un grupo control. La intervención de enfermería se aplicó dos veces al mes durante seis meses, mientras que el

grupo control recibió únicamente la atención habitual. Los resultados evidenciaron una reducción significativa del número de caídas en el grupo experimental en comparación con el grupo control, además de un incremento en los niveles de aceptación de la discapacidad tras la intervención. Se concluyó que las intervenciones dirigidas por enfermeras constituyen una estrategia eficaz y no invasiva para disminuir las caídas y favorecer la adaptación de los pacientes adultos mayores con enfermedad de Parkinson.

Antecedentes Nacionales

De igual forma, en el ámbito nacional Rojas et al. (2021), en la investigación titulada Prevalencia de caídas y factores asociados en los centros gerontológicos de Cañar y El Tambo, tuvieron como objetivo determinar la prevalencia de caídas y sus factores asociados en adultos mayores. La investigación tuvo un enfoque cuantitativo, descriptivo y transversal, utilizando la Escala de Riesgo de Caídas de Morse en adultos mayores pertenecientes a centros gerontológicos ecuatorianos. Los resultados evidenciaron que la población adulta mayor evidenciaba una elevada probabilidad de experimentar caídas, relacionado con limitaciones en la capacidad de desplazamiento, enfermedades crónicas y condiciones ambientales inseguras. Finalmente, se concluyó la evaluación temprana junto con las acciones preventivas desarrolladas por el personal de enfermería son fundamentales para disminuir las caídas y favorecer el bienestar y la autonomía de las personas mayores.

Asimismo, Fuentes (2022) en la investigación denominada programa Vivifrail orientado a reducir la probabilidad de caídas en la población adulta mayor, tuvo como objetivo aplicar el programa Vivifrail (programa de ejercicio físico multicomponente para mejorar la fuerza, el equilibrio y reducir el riesgo de caídas) para reducir el alto índice de caídas en adultos mayores pertenecientes a la Asociación de Adultos Mayores de Atahualpa, provincia de Tungurahua. La metodología fue de enfoque cuantitativo, prospectivo, transversal y con intervención, contando con la participación de 32 adultos mayores. Los resultados demostraron una mejoría favorable en la condición funcional y

física de los participantes, disminuyendo significativamente el riesgo de caídas después de la aplicación del programa. Se concluyó que la implementación de ejercicios físicos estructurados contribuye a prevenir caídas y mejorar la calidad de vida del adulto mayor.

De igual forma, De la Torre et al. (2022) en una investigación realizada en Guayaquil, Ecuador, titulada Evaluación del riesgo de caídas en los adultos mayores, durante el periodo de confinamiento 2020, tuvieron como objetivo determinar el riesgo de caídas en adultos mayores durante el periodo de confinamiento. El estudio se desarrolló mediante un enfoque cuantitativo, descriptivo, no experimental y de corte transversal, con una muestra de 42 adultos mayores, a quienes se les aplicaron instrumentos como el test Timed Up and Go, la escala de Tinetti, la escala de Downton y la escala Falls Efficacy. Los resultados evidenciaron que el 83 % de los adultos mayores presentó alto riesgo de caídas, el 76 % mostró déficit moderado de movilidad funcional y el 48 % manifestó temor a caer. Se concluyó que los adultos mayores evaluados presentaron una elevada predisposición al riesgo de caídas, asociada principalmente con alteraciones de la movilidad, el equilibrio y la marcha.

1.2. Planteamiento y delimitación del problema

Los antecedentes revisados evidencian que los eventos de caídas en las personas mayores representan una situación de salud recurrente y multifactorial, asociado a alteraciones de la movilidad, enfermedades crónicas, deterioro del equilibrio y factores ambientales, los cuales incrementan la probabilidad de sufrir lesiones y pérdida de la independencia funcional. Asimismo, diversas investigaciones demuestran que la implementación de intervenciones lideradas por enfermería, programas de movilidad, ejercicio físico y estrategias de prevención aportan positivamente a disminuir el riesgo de caídas, mejorar el equilibrio, fortalecer la capacidad funcional y favorecer la autonomía de la población adulta mayor (Cheng et al., 2025; Fuentes, 2022; Pan et al., 2023; Rojas et al., 2021).

Sin embargo, la evidencia científica también señala que la prevención de caídas continúa aun representando un desafío para los sistemas de salud, debido a que muchos adultos mayores presentan factores de riesgo que no son identificados oportunamente o reciben intervenciones preventivas insuficientes, especialmente en los servicios de atención primaria y en poblaciones vulnerables (Cheng et al., 2025; Pan et al., 2023).

La Organización Mundial de la Salud (OMS, 2021) señala que las caídas constituyen la segunda causa de mortalidad a nivel mundial asociada a lesiones no intencionales, afectando principalmente a la población adulta mayor. Asimismo, indica que cerca de un tercio de las personas mayores de 65 años experimenta al menos un episodio de caída cada año, ocasionando fracturas, discapacidad, dependencia funcional y deterioro de su bienestar. En este contexto, las medidas preventivas frente a las caídas constituyen una prioridad en salud pública, debido a las repercusiones físicas, psicológicas y sociales que generan en el adulto mayor.

En Ecuador, la Constitución de la República del Ecuador (2008) dispone en el artículo 36 que las personas adultas mayores tienen derecho a una atención preferente y especializada tanto ámbitos público y privado, particularmente dentro del sistema de salud. Del mismo modo, el Ministerio de Salud Pública del Ecuador (2020) promueve la atención integral del adulto mayor mediante acciones preventivas orientadas a conservar su autonomía y bienestar. No obstante, en la práctica aún se evidencian limitaciones como la dificultad de la capacidad en el desplazamiento, las enfermedades crónicas del paciente geriátrico y las condiciones ambientales inseguras, lo cual aumenta la vulnerabilidad de esta población.

En la provincia de Santo Domingo de los Tsáchilas, según los datos presentados por el Instituto Nacional de Estadística y Censos (INEC, 2022) el aumento progresivo de la población adulta mayor, hace necesario fortalecer las estrategias de prevención de caídas desde el rol de enfermería. Sin embargo, considerando lo observado en los antecedentes, se puede constatar que muchos adultos mayores presentan factores de riesgo como

alteraciones en la movilidad, enfermedades, polifarmacia y condiciones inadecuadas del entorno, lo cual no siempre es identificado o tratado oportunamente.

Además, En la provincia de Santo Domingo de los Tsáchilas no se identificaron investigaciones recientes que analicen específicamente la efectividad de las intervenciones de enfermería para la prevención de caídas en el adulto mayor, lo que evidencia un vacío de conocimiento y justifica el desarrollo del presente estudio.

1.3. Preguntas de investigación

Pregunta general:

¿Cuál es la eficacia de las acciones desarrolladas por el personal de enfermería orientadas a prevenir las caídas en las personas adultas mayores?

Preguntas específicas:

¿Cuáles son los indicadores de riesgo que predisponen a las caídas en el adulto mayor?

¿Qué intervenciones de enfermería se han implementado para prevenir caídas en el adulto mayor?

¿Qué efectos tienen las intervenciones desarrolladas por enfermería sobre la prevención de caídas en la funcionalidad del adulto mayor?

1.4. Justificación

El presente estudio se justifica debido a que las caídas en el adulto mayor representan un importante problema de salud pública a nivel mundial. La Organización Mundial de la Salud (OMS, 2021) señala que representan la segunda causa de muerte por traumatismos no intencionales y afectan principalmente a las personas mayores de 60 años. Asimismo, estima que cada año alrededor de 37,3 millones de personas sufren caídas que requieren atención médica, situación que evidencia la necesidad de fortalecer las intervenciones de enfermería para prevenir las caídas en el adulto mayor, ya que estas lesiones generan consecuencias físicas, psicológicas y sociales que afectan negativamente la autonomía, la funcionalidad y la calidad de vida de esta población.

Desde una perspectiva práctica, los resultados de este estudio podrán beneficiar a los adultos mayores, sus familias y al sistema sanitario, debido a que la prevención de caídas puede orientar intervenciones dirigidas a reducir hospitalizaciones, discapacidades, dependencia funcional y costos asociados a la atención médica. Además, favorece el bienestar físico, emocional y social del adulto mayor, promoviendo un envejecimiento saludable y una mejor calidad de vida (Lázaro et al., 2024; Pan et al., 2023; Cheng et al., 2025; Fuentes, 2022; Rojas et al., 2021).

En el ámbito disciplinar, este estudio aporta al fortalecimiento del conocimiento científico al analizar la eficacia de las intervenciones de enfermería dirigidas a la prevención de caídas en adultos mayores, sustentadas en evidencia reciente y los hallazgos de este estudio constituyen un aporte científico relevante que podrá servir de referencia para investigaciones posteriores y podrían orientar mejoras en la práctica de los distintos servicios de salud.

1.5. Objetivos de investigación

1.5.1. Objetivo general

Analizar la efectividad de las intervenciones de enfermería en la prevención de caídas en el adulto mayor.

1.5.2. Objetivos específicos

- Identificar los principales factores de riesgo asociados a caídas en el adulto mayor.
- Describir las intervenciones de enfermería utilizadas para prevenir caídas.
- Evaluar el impacto de estas intervenciones sobre la incidencia de caídas y la capacidad funcional.

2. REVISIÓN DE LA LITERATURA

2.1. Marco Teórico

Dorothea Orem quien desarrolló la Teoría del Déficit de Autocuidado, publicada por primera vez en 1959. plantea que los individuos cuentan con las habilidades y la responsabilidad de atender sus propias necesidades de autocuidado para conservar su estado de salud y bienestar. Sin embargo, cuando la persona presenta limitaciones para realizar estas actividades, interviene el profesional de enfermería brindando apoyo y asistencia. Según la autora la enfermería actúa ayudando al paciente a recuperar o fortalecer su capacidad de autocuidado mediante acciones educativas, preventivas y de apoyo (Orem, 1985).

Esta teoría se relaciona con el presente estudio debido a que las intervenciones de enfermería dirigidas a la prevención de caídas en el adulto mayor buscan fortalecer la independencia, seguridad y capacidad funcional del paciente. Asimismo, la enfermera cumple un papel fundamental en la educación y promoción de medidas preventivas para disminuir riesgos y complicaciones asociadas a las caídas.

2.2. Marco conceptual

2.2.1. Adulto mayor

El adulto mayor es considerado como la persona que posee una edad igual o superior a 60 años. Según la Organización Mundial de la Salud, el envejecimiento es un proceso natural caracterizado por cambios biológicos, psicológicos y sociales que pueden afectar la funcionalidad y calidad de vida del individuo (OMS, 2022).

Asimismo, el adulto mayor constituye un grupo vulnerable debido al deterioro progresivo de las capacidades físicas y cognitivas, lo que incrementa el riesgo de sufrir accidentes, especialmente caídas. En este contexto, la atención integral y las acciones preventivas desarrolladas por el personal de enfermería adquieren especial relevancia para

preservar la salud, la seguridad y la funcionalidad de esta población (Condo Veloz & Guallichico Maura, 2026).

2.2.2. Intervenciones de enfermería

Las intervenciones de enfermería corresponden al conjunto de acciones y actividades realizadas por el profesional de enfermería con la finalidad de prevenir enfermedades, promover la salud y recuperar el bienestar del paciente. Según Dorothea Orem, la enfermería cumple funciones de apoyo, educación y asistencia cuando el individuo presenta limitaciones para realizar su autocuidado (Orem, 1985).

Dentro del contexto del adulto mayor, las intervenciones de enfermería incluyen la valoración del riesgo de caídas, educación sobre medidas preventivas, supervisión de la movilidad y adecuación del entorno para disminuir accidentes y complicaciones.

2.2.3. Efectividad

La efectividad hace referencia al grado en que una intervención logra alcanzar los resultados esperados en situaciones reales. En el ámbito sanitario, este concepto permite evaluar si las acciones implementadas producen beneficios positivos en la salud del paciente. Según la Organización Mundial de la Salud, la efectividad de las intervenciones de salud se relaciona con la capacidad de mejorar la calidad de vida y reducir riesgos o complicaciones en la población atendida (OMS, 2021).

Por lo tanto, la efectividad impacta positivamente, en las acciones de enfermería para disminuir la incidencia en la población geriátrica.

2.2.4. Prevención de caídas

La prevención de caídas comprende todas las medidas orientadas a reducir el riesgo de accidentes que puedan ocasionar lesiones físicas, discapacidad o pérdida de la independencia en el adulto mayor.

La Organización Mundial de la Salud (2021) señala que las personas adultas mayores son uno de los grupos más afectados por las caídas, las cuales generan lesiones,

hospitalizaciones y pérdida de autonomía. En este sentido, el desarrollo de acciones preventivas es esencial para promover su bienestar y reducir las complicaciones asociadas.

Entre las principales medidas preventivas se encuentran:

- Educación al paciente y familia.
- Uso de dispositivos de apoyo.
- Adecuación del entorno físico.
- Vigilancia continua.
- Promoción de actividad física segura.
- Riesgo de caídas

El riesgo de caídas es la probabilidad que posee una persona de sufrir un evento accidental que provoque pérdida involuntaria del equilibrio y caída al suelo. En el adulto mayor, este riesgo puede incrementarse a causa de condiciones como la debilidad muscular, las alteraciones de la visión, la presencia de enfermedades crónicas y la utilización de fármacos.

Los riesgos de caídas es un diagnóstico de enfermería relacionado con la susceptibilidad aumentada a sufrir caídas que pueden causar daño físico (NANDA International, 2021).

2.2.5. Rol de enfermería en la reducción del riesgo de caídas.

El personal de enfermería contribuye significativamente a la precaución de caídas mediante la implementación de acciones de valoración, educación y atención integral dirigidas al adulto mayor

Según Virginia Henderson, la enfermera ayuda al individuo a realizar actividades que contribuyan a mantener la salud, recuperar la independencia y prevenir complicaciones (Henderson, 1966).

En este contexto, el rol de enfermería incluye: identificar factores de riesgo, educar al paciente y cuidador implementar medidas de seguridad, promover el autocuidado, y favorecer la movilidad segura, todas estas acciones contribuyen significativamente a disminuir accidentes y mejorar la calidad de vida del adulto mayor.

3. METODOLOGÍA

3.1. Enfoque

Esta investigación tiene un enfoque cualitativo. Hernández y Mendoza (2023), señalan que el enfoque se orienta a comprender fenómenos mediante la recolección y análisis de datos no numéricos, permitiendo interpretar la realidad desde una perspectiva contextual y descriptiva, además se fundamenta en revisión y análisis de información proveniente de artículos científicos, documentos académicos y estudios previos. En este sentido, este enfoque se relaciona con la investigación porque analiza y sintetiza la información científica previamente publicada, favoreciendo una comprensión integral del problema de estudio.

3.2. Tipo de investigación

El presente estudio corresponde a una investigación de tipo revisión bibliográfica, debido a que se orienta a recopilar, analizar e integrar evidencia científica publicada sobre las intervenciones de enfermería para la prevención de caídas en adultos mayores. Este tipo de investigación resulta pertinente porque permite examinar los hallazgos reportados en estudios previos, identificar tendencias, comparar resultados y tiene la finalidad de comprender el estado actual del conocimiento sobre un tema específico (Hernández y Mendoza, 2023).

3.3. Unidad de análisis

3.3.1. Población

La población estuvo conformada por 40 estudios científicos relacionados con la temática de investigación, identificados mediante una búsqueda bibliográfica realizada entre los meses de mayo y julio de 2026 en las bases de datos PubMed y SciELO, complementada con la plataforma ScienceDirect.

Para Bernal (2021), la población se define como el conjunto completo de elementos, sujetos o fuentes de información que presentan características vinculadas con el fenómeno analizado y proporcionan la información requerida para el desarrollo de la investigación.

3.3.2. Muestra

Hernández y Mendoza (2023) señalan que, en las investigaciones documentales, la selección de las fuentes de información debe responder a criterios de pertinencia, actualidad, calidad metodológica y relación con el problema de investigación, con el propósito de garantizar la validez del análisis realizado.

Posteriormente, se localizaron 40 estudios relacionados, los cuales fueron evaluados mediante la aplicación de criterios de inclusión y exclusión, descartándose 4 publicaciones duplicadas, 4 artículos publicados en fuentes no confiables o lectura gris, 5 investigaciones por presentar información insuficiente y 2 estudios que no guardaban relación directa con las intervenciones de enfermería dirigidas a la prevención de caídas. Finalmente, la muestra quedó integrada por 25 artículos científicos, los cuales fueron analizados para el desarrollo de la presente investigación.

Criterios de inclusión

- ✓ Artículos científicos completos y accesibles.
- ✓ Publicaciones en idioma español, inglés o mandarín.
- ✓ Estudios publicados entre 2021 y 2026.
- ✓ Publicaciones relacionadas con el problema y los objetivos de la investigación
- ✓ Publicaciones únicas.
- ✓ Publicaciones en revistas científicas indexadas.

Criterios de Exclusión

- ✓ Publicaciones duplicadas recuperadas en más de una fuente de información.

- ✓ Estudios con información insuficiente para el análisis de los objetivos de la investigación.
- ✓ Documentos que, tras la lectura completa, no presentaran relación con el estudio.
- ✓ Literatura gris (blogs, páginas web, opiniones)
- ✓ Información proveniente de fuentes no confiables.

3.4. Técnicas e instrumentos de investigación

3.4.1. Técnica

Arias (2022), menciona que las técnicas de investigación son un conjunto de procedimientos y recursos utilizados con el fin de recolectar datos necesarios que permitan dar respuesta al problema de estudio. En la presente investigación se empleó la revisión documental como técnica de investigación, la cual permitió recopilar información científica relacionada con la efectividad de las intervenciones de enfermería en la prevención de caídas en el adulto mayor.

La información fue recopilada mediante una búsqueda bibliográfica realizada en las bases de datos PubMed y SciELO, complementada con la plataforma ScienceDirect. Para la recuperación de los estudios se utilizaron palabras clave en español, como intervenciones de enfermería, prevención de caídas, adulto mayor, riesgo de caídas y cuidados de enfermería. Asimismo, en PubMed se emplearon los descriptores Medical Subject Headings (MeSH): Nursing Care, Accidental Falls, Aged y Risk Assessment, además de la palabra clave Fall Prevention como término libre de búsqueda. Para optimizar la recuperación de la evidencia científica se utilizaron los operadores booleanos AND, OR y NOT, combinando los términos mediante la siguiente estrategia de búsqueda: ("Nursing Care"[MeSH] OR "Nursing Intervention") AND ("Accidental Falls"[MeSH] OR "Fall Prevention") AND ("Aged"[MeSH] OR "Older Adults"). Adicionalmente, se aplicaron filtros correspondientes al período de publicación comprendido entre 2021 y 2025, e

investigaciones publicadas en inglés y español, los cuales permitieron optimizar y delimitar la localización de artículos relacionados con el objetivo de este estudio.

3.4.2. Instrumentos de investigación

Como instrumento para la recolección y organización de la información se utilizó una matriz de revisión bibliográfica elaborada en Microsoft Excel, la cual permitió registrar de manera sistemática la información relevante de cada estudio seleccionado, incluyendo autor, año de publicación, título, diseño metodológico, objetivo, principales resultados y enlace de consulta. Este instrumento facilitó la organización, clasificación y comparación de la evidencia científica para su posterior análisis.

3.4.2.1. Métodos de procesamiento y análisis de datos

Hernández y Mendoza (2023) señalan que el análisis en investigaciones documentales implica organizar, comparar, interpretar e integrar la información obtenida para responder al problema y a los objetivos de investigación. En el presente estudio, la información recopilada fue sometida a una síntesis narrativa mediante comparación temática de los hallazgos reportados en los estudios seleccionados. Posteriormente, la evidencia científica fue organizada de acuerdo con los objetivos específicos de la investigación, agrupándola en tres categorías: factores de riesgo asociados a las caídas, intervenciones de enfermería para la prevención de caídas e impacto de las intervenciones de enfermería en el adulto mayor. Este procedimiento permitió identificar similitudes, diferencias y aportes relevantes entre las investigaciones analizadas, favoreciendo la interpretación e integración de la evidencia científica disponible.

4. RESULTADOS

RESULTADO 1

4.1. Factores de riesgo asociados a caídas en el adulto mayor

De los estudios científicos analizados, 10 estudios científicos dieron respuesta al primer objetivo específico relacionado con la identificación de los factores de riesgo asociados a las caídas en el adulto mayor, A través del análisis en la evidencia científica, se identificó diversos elementos importantes a tomar en cuenta en las intervenciones preventivas de enfermería.

Tabla 1.
Factores de riesgo asociados a caídas en el adulto mayor

Autor, Año	Nombre del articulo	Diseño	Objetivo	Resultados
Flores Franco (2022)	“Factores de riesgo de caída en los adultos mayores del barrio Paraíso, parroquia Anconcito 2022”	Investigación cuantitativa, descriptiva y transversal.	Determinar los factores de riesgo de caídas en adultos mayores.	Se identificaron como factores principales el déficit sensorial, caídas previas, miedo a caer nuevamente y polifarmacia.
Quintar y Giber (2024)	“Las caídas en el adulto mayor: factores de riesgo y consecuencias”	Revisión bibliográfica.	Analizar los factores de riesgo y consecuencias de las caídas en adultos mayores.	La edad avanzada, enfermedades crónicas y trastornos de la marcha incrementan el riesgo de caídas.
Jana et al. (2023)	Proportion, Pattern, and Predictors of Falls in Older Adults: A Community-based Observational Study in Rural West Bengal	Estudio observacional de base comunitaria, transversal.	Determinar la proporción, el patrón y los factores predictores de las caídas en adultos mayores residentes en la comunidad.	La edad avanzada, las alteraciones de la movilidad, las enfermedades crónicas, el deterioro visual y los antecedentes de caídas fueron identificados como los principales factores

Colón-Emeric et al. (2024)	Risk Assessment and Prevention of Falls in Older Community-Dwelling Adults: A Review	Revisión basada en evidencia	Analizar los factores de riesgo y las intervenciones efectivas para prevenir caídas en adultos mayores que viven en la comunidad.	Los trastornos de la marcha y del equilibrio, la hipotensión ortostática, las alteraciones sensoriales, el uso de medicamentos y los peligros ambientales.
Silva Fhon y Partezani Rodrigues (2021)	“Caída y factores demográficos y clínicos en adultos mayores”	Estudio longitudinal retrospectivo.	Analizar factores clínicos relacionados con caídas.	La fragilidad y enfermedades incrementaron incidencia de caídas.
Suárez y Parody (2022)	“Prevalencia de caídas y factores de riesgo intrínsecos en personas adultas mayores”	Estudio descriptivo de investigación e innovación.	Determinar la prevalencia de caídas y factores intrínsecos asociados.	Los problemas de equilibrio y alteraciones posturales aumentaron la prevalencia de caídas.
Wang et al. (2024)	A study on the falls factors among the older adult with cognitive impairment based on large-sample data	Estudio observacional analítico de corte transversal.	Analizar los factores asociados a las caídas en adultos mayores con deterioro cognitivo mediante el análisis de una muestra poblacional amplia.	El deterioro cognitivo, la edad avanzada, las enfermedades crónicas, las limitaciones funcionales y las alteraciones de la movilidad fueron identificados como factores que incrementan el riesgo de caídas en los adultos mayores.

Lázaro Baena et al. (2024)	“Revisión bibliográfica sobre la prevención de caídas como medida preventiva en el adulto mayor”	Revisión bibliográfica.	Analizar medidas preventivas relacionadas con las caídas en adultos mayores.	Debilidad muscular, alteraciones de la marcha, iluminación inadecuada y presencia de obstáculos en el hogar
Cevallos y Guamantaqui (2025)	“Prevención de caídas en adultos mayores: revisión bibliográfica”	Revisión bibliográfica descriptiva.	Explicar los factores de riesgo asociados a caídas en adultos mayores.	Alteraciones de la marcha, debilidad muscular, deterioro cognitivo, problemas visuales, uso de múltiples medicamentos y condiciones inadecuadas del hogar.
Leguizamo y Recalde (2024)	“Characterization of falls among older adults in primary health care in Ecuador”	Estudio descriptivo observacional.	Caracterizar las caídas en adultos mayores atendidos en atención primaria.	Las caídas estuvieron asociadas a enfermedades crónicas y limitaciones funcionales.

Fuente. Elaboración propia

Análisis:

La evidencia científica revisada permitió identificar diversos factores asociados a las caídas en el adulto mayor. La mayoría de los estudios reportó con mayor frecuencia la edad avanzada, las enfermedades crónicas, la debilidad muscular, las alteraciones del equilibrio y de la marcha, las limitaciones funcionales, el deterioro cognitivo y la polifarmacia como factores relacionados con la ocurrencia de caídas. Asimismo, algunos autores incorporaron factores como los riesgos ambientales y los antecedentes de caídas, lo que refleja el carácter multifactorial de este problema de salud.

RESULTADO 2

4.2. Intervenciones de enfermería para la prevención de caídas en el adulto mayor

Después de analizar los documentos académicos, se obtuvo que 10 de los artículos dieron respuesta a las Medidas de enfermería enfocadas en la reducción del riesgo de caídas en el adulto mayor. Mediante la revisión de la evidencia, se identificaron diversas estrategias enfocadas en la prevención y disminución de riesgos, además de cuidar la seguridad del paciente.

Tabla 2.*Intervenciones de enfermería para la prevención de caídas en el adulto mayor*

Autor, Año	Nombre del artículo	Diseño	Objetivo del estudio	Resultados
Montero-Odasso et al. (2022)	“World guidelines for falls prevention and management for older adults”	Método Delphi y revisión de evidencia científica.	Desarrollar guías internacionales para prevención de caídas.	El estudio identificó la evaluación multifactorial, el ejercicio físico y las modificaciones del entorno como las principales intervenciones para la prevención de caídas en adultos mayores.
Rojas Verdugo et al. (2021)	“Prevalencia de caídas y factores asociados en los centros gerontológicos de Cañar y El Tambo”	Estudio cuantitativo descriptivo transversal.	Identificar factores asociados al riesgo de caídas.	Intervenciones como educar, supervisar la movilidad y adecuar el entorno, redujeron el riesgo de caídas en adultos mayores.
Riofrio Tobar et al. (2025)	“Evaluación Integral Funcional y Riesgo de Caídas en el Adulto Mayor”	Revisión bibliográfica cuantitativa.	Analizar relación entre funcionalidad y caídas.	La valoración integral con escalas de evaluación permitió identificar oportunamente a los adultos mayores con más riesgo de caídas, favoreciendo las intervenciones de enfermería.

Chen, Li, Li, Lin y Feng (2023)	Tai Chi for fall prevention and balance improvement in older adults: a systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials	Revisión sistemática y metaanálisis de ensayos clínicos aleatorizados	Evaluar la efectividad del Tai Chi para reducir caídas y mejorar el equilibrio en adultos mayores.	La práctica regular de Tai Chi mejoró significativamente el equilibrio, la estabilidad postural y la movilidad funcional, disminuyendo las caídas
Tobar y Martínez (2023)	“Intervenciones de enfermería en la prevención de caídas del adulto mayor: revisión de la literatura”	Revisión bibliográfica.	Analizar intervenciones de enfermería eficaces en prevención de caídas.	Las principales intervenciones de enfermería para prevenir caídas
Orts-Cortés et al. (2024)	“Efectividad de las intervenciones enfermeras en la prevención de caídas”	Revisión sistemática y metaanálisis.	Evaluar efectividad de intervenciones enfermeras.	La valoración del riesgo, ejercicios de fortalecimiento y educación preventiva disminuyeron significativamente las caídas
Silva Fhon y Partezani Rodrigues (2021)	“Caída y factores demográficos y clínicos en adultos mayores”	Estudio cuantitativo longitudinal retrospectivo.	Analizar factores relacionados con las caídas.	La evaluación clínica y funcional permitió prevenir eventos de caídas recurrentes.
Fuentes Narváez (2022)	“Programa Vivifrail para disminuir el riesgo de caídas en el adulto mayor”	Estudio cuantitativo prospectivo con intervención.	Aplicar el programa Vivifrail en adultos mayores.	El ejercicio físico estructurado redujo el riesgo de caídas.

Li et al. (2023)	“Risk factors for falls among community-dwelling older adults”	Revisión sistemática y metaanálisis.	Identificar factores y estrategias preventivas.	La valoración del riesgo, ejercicios de equilibrio, educación preventiva y adecuación del entorno demostraron mayor efectividad en la prevención de caídas
Vandervelde et al. (2023)	Strategies to implement multifactorial falls prevention interventions in community-dwelling older persons: a systematic review	Revisión sistemática	Identificar y analizar las estrategias utilizadas para implementar intervenciones multifactoriales dirigidas a la prevención de caídas en adultos mayores que viven en la comunidad.	la valoración integral del riesgo, educación para la salud, ejercicio físico, seguimiento continuo y adecuación del entorno favorecieron la implementación efectiva de programas preventivos y contribuyeron a reducir las caídas

Fuente. Elaboración propia

Análisis:

Los estudios analizados describieron diversas intervenciones de enfermería orientadas a la prevención de caídas en el adulto mayor. Entre las estrategias reportadas con mayor frecuencia se encontraron la valoración integral del riesgo, la evaluación multifactorial, la educación sanitaria, los programas de ejercicio físico, el entrenamiento del equilibrio y la movilidad, la adecuación del entorno y el seguimiento continuo. Además, algunos estudios describieron intervenciones específicas, como la práctica de Tai Chi y programas estructurados de movilidad, dirigidas a mejorar la funcionalidad y disminuir el riesgo de caídas.

RESULTADO 3:

4.3. Impacto de las intervenciones de enfermería sobre la incidencia de caídas y la capacidad funcional del adulto mayor

En la revisión sistemática de los estudios científicos, 10 artículos se centraron en el impacto de las intervenciones de enfermería sobre La frecuencia de las caídas y la capacidad funcional del adulto mayor. A través de la revisión de la evidencia, se identificó que las estrategias preventivas aplicadas por el equipo de enfermería contribuyeron significativamente a minimizar la ocurrencia de caídas

Tabla 3.*Impacto de las intervenciones de enfermería sobre la incidencia de caídas y la capacidad funcional del adulto mayor*

Autor, Año	Nombre del artículo	Diseño	Objetivo del estudio	Resultados
Fuentes Narváez (2022)	“Programa Vivifrail para disminuir el riesgo de caídas en el adulto mayor”	Estudio cuantitativo prospectivo con intervención.	Evaluar el efecto del programa Vivifrail sobre el riesgo de caídas.	Se evidenció mejoría funcional y disminución significativa del riesgo de caídas.
Orts-Cortés et al. (2024)	“Efectividad de las intervenciones enfermeras en la prevención de caídas”	Revisión sistemática y metaanálisis.	Evaluar la efectividad de intervenciones enfermeras.	Las intervenciones disminuyeron la incidencia de caídas y mejoraron la funcionalidad.
Montero-Odasso et al. (2022)	“World guidelines for falls prevention and management for older adults”	Consenso de expertos y revisión científica.	Establecer recomendaciones basadas en evidencia.	Las estrategias multifactoriales mejoraron autonomía y calidad de vida.
Santos et al. (2024)	“Riesgo de caídas en la población mayor”	Revisión narrativa.	Analizar intervenciones preventivas.	Las intervenciones redujeron complicaciones físicas y funcionales.

Cheng, Liu y Zhang (2025)	The effect of a nurse-led intervention on number of falls and acceptance of disability in patients with Parkinson's disease	Ensayo clínico aleatorizado.	Evaluar las intervenciones de enfermería sobre el número de caídas y la aceptación de la discapacidad en adultos mayores con Parkinson.	La intervención de enfermería redujo el número de caídas e incrementó la aceptación de la discapacidad, evidenciando un impacto positivo en la seguridad y adaptación funcional
Lee, Yi y Lee (2024)	Effects of community-based fall prevention interventions for older adults using information and communication technology	Revisión sistemática y metaanálisis	Analizar el efecto de intervenciones para prevenir caídas mediante tecnologías de información y comunicación en adultos mayores.	Las intervenciones basadas en telemedicina, entrenamiento virtual del equilibrio y programas educativos digitales mejoraron el equilibrio, la movilidad y redujeron el riesgo de caídas.
Pan, Thiamwong y Xie (2023)	The effects of nurse-driven mobility intervention, on activities of daily living, mobility, fear of falling, and balance performance in hospitalized older patients	Estudio piloto preexperimental con evaluación antes y después de la intervención.	Evaluar los efectos de una intervención de movilidad por enfermeras sobre las actividades como la movilidad, el miedo a las caídas y el equilibrio en adultos mayores hospitalizados.	La intervención de movilidad mejoró significativamente las actividades de la vida diaria, la movilidad funcional y el equilibrio, además de disminuir el miedo a las caídas, evidenciando un impacto positivo sobre la capacidad funcional del adulto mayor.
Vázquez Cardona et al. (2024)	“Prevalencia de Factores de Riesgo para Caídas”	Estudio transversal descriptivo.	Determinar factores relacionados con caídas.	La intervención temprana redujo limitaciones funcionales y riesgo de caídas.

Labata et al. (2023)	Effectiveness of Multicomponent Training on Physical Performance in Older Adults: A Systematic Review and Meta-analysis	Revisión sistemática y metaanálisis de ensayos clínicos aleatorizados	Evaluar la efectividad de los programas de entrenamiento multicomponente para mejorar el rendimiento físico en adultos mayores sanos.	El entrenamiento multicomponente mejoró el rendimiento físico, la fuerza muscular, la velocidad de marcha y la capacidad aeróbica. Este tipo de intervención favorece la funcionalidad, la independencia y contribuye a la reducción del riesgo de caídas.
Pillay et al. (2024)	Falls prevention interventions for community-dwelling older adults: systematic review and meta-analysis	Revisión sistemática y metaanálisis	Evaluar la efectividad de diferentes intervenciones para prevenir caídas en adultos mayores que viven en la comunidad.	Los programas de ejercicio supervisado, entrenamiento de equilibrio y las intervenciones multifactoriales redujeron la incidencia de caídas y mejoraron el estado funcional de los adultos mayores.

Fuente. Elaboración propia

Análisis:

La evidencia científica revisada mostró que las intervenciones de enfermería fueron asociadas con resultados favorables en la prevención de caídas del adulto mayor. Los estudios reportaron con mayor frecuencia una disminución de la incidencia de caídas, mejoras en la capacidad funcional, el equilibrio, la movilidad y la autonomía, además de una reducción del miedo a caer y un mejor desempeño en las actividades de la vida diaria. Estos hallazgos sugieren beneficios relacionados con la implementación de estrategias preventivas sustentadas en la evidencia científica.

5. DISCUSIÓN

En relación con el primer objetivo específico, los resultados de la presente investigación permitieron identificar que los principales factores asociados a las caídas en el adulto mayor corresponden a la edad avanzada, las enfermedades crónicas, las alteraciones del equilibrio y la marcha, la debilidad muscular, el deterioro cognitivo, la polifarmacia y las limitaciones funcionales. Estos hallazgos coinciden con lo reportado por Quintar y Giber (2024), Silva y Partezani (2021) y Colón et al. (2024), quienes concuerdan en que la edad avanzada, la fragilidad, las enfermedades crónicas y las alteraciones del equilibrio y la movilidad incrementan significativamente el riesgo de caídas. Por su parte, Wang et al. (2024) complementan estos resultados al señalar que el deterioro cognitivo y las limitaciones funcionales constituyen factores predictivos importantes en la ocurrencia de estos eventos. En conjunto, la evidencia científica demuestra un amplio consenso al considerar que las caídas tienen un origen multifactorial, por lo que la identificación temprana de los factores modificables representa un componente esencial del cuidado de enfermería para reducir su incidencia.

En cuanto al segundo objetivo específico, los resultados evidenciaron que las intervenciones de enfermería más utilizadas para prevenir caídas incluyen la valoración integral del riesgo, la educación sanitaria, el ejercicio físico, la adecuación del entorno y el seguimiento continuo. Montero et al. (2022), Tobar y Martínez (2023) y Li et al. (2023) coinciden en señalar que la valoración sistemática del riesgo, la educación al adulto mayor y las intervenciones multifactoriales constituyen las estrategias más efectivas para disminuir la ocurrencia de caídas. En contraste, Chen et al. (2023) centraron su investigación en una intervención específica, demostrando que la práctica de Tai Chi mejora significativamente el equilibrio y la movilidad funcional. Aunque cada estudio enfatiza diferentes estrategias preventivas, todos coinciden en que la combinación de intervenciones adaptadas a las

necesidades del adulto mayor ofrece mejores resultados que la aplicación de medidas aisladas.

Respecto al tercer objetivo específico, los resultados demostraron que las intervenciones de enfermería producen un impacto favorable al disminuir la incidencia de caídas y fortalecer la capacidad funcional del adulto mayor. Fuentes Narváez (2022), Pan et al. (2023) y Pillay et al. (2024) coinciden en que los programas de ejercicio físico supervisado mejoran la movilidad, el equilibrio, la funcionalidad y reducen el riesgo de caídas. De manera complementaria, Cheng et al. (2025) evidenciaron que las intervenciones lideradas por enfermería también favorecen la adaptación funcional y disminuyen significativamente el número de caídas en adultos mayores con enfermedad de Parkinson. En conjunto, los estudios analizados evidencian un consenso al reconocer que las intervenciones de enfermería generan beneficios significativos sobre la seguridad, la autonomía y la capacidad funcional del adulto mayor, independientemente del contexto clínico en el que sean aplicadas.

6. CONCLUSIONES

El análisis de la evidencia científica permitió identificar que la edad avanzada, las enfermedades crónicas, la debilidad muscular, las alteraciones del equilibrio y de la marcha, el deterioro cognitivo, la polifarmacia, las limitaciones funcionales y los antecedentes de caídas fueron los factores de riesgo asociados con mayor frecuencia a la ocurrencia de caídas en el adulto mayor. Estos hallazgos sugieren la importancia de realizar una valoración integral que facilite la identificación oportuna de dichos factores y contribuya a orientar las acciones preventivas del profesional de enfermería.

De acuerdo con la evidencia científica revisada, las intervenciones de enfermería descritas con mayor frecuencia para la prevención de caídas en el adulto mayor fueron la valoración integral del riesgo, la evaluación multifactorial, la educación sanitaria, los programas de ejercicio físico, el entrenamiento del equilibrio y la movilidad, la adecuación del entorno y el seguimiento continuo. En conjunto, los estudios analizados sugieren que la aplicación combinada de estas intervenciones puede favorecer la reducción de los factores asociados a las caídas y fortalecer la seguridad y la autonomía del adulto mayor.

Los estudios analizados permitieron identificar que las intervenciones de enfermería estuvieron asociadas con una disminución de la incidencia de caídas y con mejoras en la capacidad funcional, el equilibrio, la movilidad, la autonomía y la calidad de vida del adulto mayor. En este sentido, la evidencia científica revisada sugiere que la implementación de intervenciones preventivas fundamentadas en la valoración integral y el seguimiento continuo puede contribuir a promover un envejecimiento más seguro y funcional.

7. RECOMENDACIONES

Se recomienda al Ministerio de Salud Pública del Ecuador y a las instituciones de salud fortalecer los procesos de capacitación dirigidos al personal de enfermería sobre la identificación oportuna de los factores de riesgo asociados a las caídas en el adulto mayor, considerando aspectos como la edad avanzada, las enfermedades crónicas, la polifarmacia, las alteraciones del equilibrio y la movilidad, con el propósito de favorecer la planificación de acciones preventivas sustentadas en la evidencia científica.

Se recomienda a los hospitales, centros de salud y demás instituciones que brindan atención al adulto mayor promover programas de actualización continua para el personal de enfermería, orientados a la aplicación de intervenciones preventivas sustentadas en la evidencia científica, tales como la valoración integral del riesgo, la educación sanitaria, los programas de ejercicio físico, el entrenamiento del equilibrio, la adecuación del entorno y el seguimiento continuo, con el fin de contribuir a una atención más segura y de calidad..

Se recomienda a las instituciones de educación superior y a futuros investigadores desarrollar estudios con diseños metodológicos de mayor nivel de evidencia que permitan evaluar el impacto de las intervenciones de enfermería sobre la incidencia de caídas, la capacidad funcional, la movilidad, el equilibrio y la calidad de vida del adulto mayor en diferentes contextos de atención, especialmente en el ámbito ecuatoriano.

8. REFERENCIAS

- Arias, F. G. (2022). El proyecto de investigación: Introducción a la metodología científica (7.^a ed.). Editorial Episteme.
- Bernal Torres, C. A. (2021). Metodología de la investigación: Para administración, economía, humanidades y ciencias sociales (4.^a ed.). Pearson Educación.
- Cevallos Teneda, A. C., y Guamantaqui Vargas, S. A. (2025). Prevención de caídas en adultos mayores: revisión bibliográfica. Revista Científica de Salud BIOSANA, 5(2), 351–362. <https://doi.org/10.62305/biosana.v5i2.551>
- Chen, W., Li, M., Li, H., Lin, Y., & Feng, Z. (2023). Tai Chi for fall prevention and balance improvement in older adults: A systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. Frontiers in Public Health, 11, 1236050. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2023.1236050>
- Cheng, Y., Liu, Z., & Zhang, N. (2025). The effect of a nurse-led intervention on number of falls and acceptance of disability in patients with Parkinson's disease. Wiener klinische Wochenschrift, 137(11-12), 384–389. <https://doi.org/10.1007/s00508-025-02518-6>
- Colón-Emeric, C. S., McDermott, C. L., Lee, D. S., & Berry, S. D. (2024). Risk assessment and prevention of falls in older community-dwelling adults: A review. JAMA, 331(16), 1397–1406. <https://doi.org/10.1001/jama.2024.1416>
- Condo Veloz, D. R., y Guallichico Maura, M. L. (2026). Riesgos y estrategias preventivas de caídas y accidentes geriátricos en adultos mayores. Reincisol, 5(9), 1423. [https://doi.org/10.59282/reincisol.V5\(9\)1423](https://doi.org/10.59282/reincisol.V5(9)1423)
- Constitución de la República del Ecuador [Const.]. (2008). Art. 36. 20 de octubre de 2008 (Ecuador). https://www.oas.org/juridico/pdfs/mesicic4_ecu_const.pdf
- De la Torre Ortega, L., Salgado Ortiz, C. S., y Iturralde Rodríguez, X. (2022). Evaluación del riesgo de caídas en los adultos mayores, durante el periodo de confinamiento

2020. *Vive Revista de Investigación en Salud*, 5(13), 63–74.

<https://revistavive.org/index.php/revistavive/article/view/166>

Flores Franco, G. L. (2022). Factores de riesgo de caída en los adultos mayores del barrio Paraíso, parroquia Anconcito 2022 [Tesis de grado, Universidad Estatal Península de Santa Elena]. Repositorio Institucional UPSE.

<https://repositorio.upse.edu.ec/handle/46000/6993>.

Fuentes Narváez, L. V. (2022). Programa Vivifrail para disminuir el riesgo de caídas en el adulto mayor [Tesis de grado, Universidad Técnica de Ambato]. Repositorio Institucional de la Universidad Técnica de Ambato.

<https://repositorio.uta.edu.ec/handle/123456789/36689>

Henderson, V. (1966). *The nature of nursing: A definition and its implications for practice, research, and education*. Macmillan Publishing.

Hernández Sampieri, R., y Mendoza, C. P. (2023). *Metodología de la investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta* (2.^a ed.). McGraw-Hill.

Instituto Nacional de Estadística y Censos. (2022). *Censo de Población y Vivienda 2022*.

<https://www.censoecuador.gob.ec>

Jana, D., Sahu, M., Paul, B., Chakraborty, S., Bandyopadhyay, L., & Das, R. (2023).

Proportion, Pattern, and Predictors of Falls in Older Adults: A Community-based Observational Study in Rural West Bengal. *Journal of Mid-life Health*, 14(2), 130–138. https://doi.org/10.4103/jmh.jmh_35_23

Labata-Lezaun, N., González-Rueda, V., Llurda-Almuzara, L., López-de-Celis, C.,

Rodríguez-Sanz, J., Bosch, J., Vicente-Rodríguez, G., Gorczakowska, D., Araluze-Arizti, P., & Pérez-Bellmunt, A. (2023). Effectiveness of multicomponent training on physical performance in older adults: A systematic review and meta-analysis.

Archives of Gerontology and Geriatrics, 104, 104838.

<https://doi.org/10.1016/j.archger.2022.104838>

- Lázaro Baena, C., López Bruque, N., Alonso Marcos, E. M., García Penacho, P., Gámez Navarro, C., y Senán Partal, M. T. (2024). Revisión bibliográfica sobre la prevención de caídas como medida preventiva de caídas en el adulto mayor. *Ocronos*, 7(7), 925. <https://revistamedica.com/revision-prevencion-caidas/>
- Lee, K., Yi, J., & Lee, S. H. (2024). Effects of community-based fall prevention interventions for older adults using information and communication technology: A systematic review and meta-analysis. *Health Informatics Journal*, 30(2), 14604582241259324. <https://doi.org/10.1177/14604582241259324>
- Li, Y., Hou, L., Zhao, H., Xie, R., Yi, Y., & Ding, X. (2023). Risk factors for falls among community-dwelling older adults: A systematic review and meta-analysis. *Frontiers in Medicine*, 9, 1019094. <https://doi.org/10.3389/fmed.2022.1019094>
- Ministerio de Salud Pública del Ecuador. (2020). Atención integral del adulto mayor. MSP. <https://www.salud.gob.ec>
- Montero-Odasso, M., van der Velde, N., Martin, F. C., Petrovic, M., Tan, M. P., Ryg, J., Aguilar-Navarro, S., Alexander, N. B., Becker, C., Blain, H., Camicioli, R., Clemson, L., Close, J., Delbaere, K., Duque, G., Dyer, S. M., Freiburger, E., et al. (2022). World guidelines for falls prevention and management for older adults: A global initiative. *Age and Ageing*, 51(9), afac205. <https://doi.org/10.1093/ageing/afac205>
- NANDA International. (2021). Diagnósticos enfermeros: Definiciones y clasificación 2021-2023 (T. H. Herdman, S. Kamitsuru y C. Takáo Lopes, Eds.; 12.^a ed.). Elsevier.
- Orem, D. E. (1985). *Nursing: Concepts of practice* (3rd ed.). McGraw-Hill.
- Organización Mundial de la Salud. (2021). Caídas. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/falls>
- Organización Mundial de la Salud. (1 de octubre de 2022). Envejecimiento y salud. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/ageing-and-health>
- Orts-Cortés, M. I., Cabañero-Martínez, M. J., Meseguer-Liza, C., Arredondo-González, C. P., de la Cuesta-Benjumea, C., y Abad-Corpa, E. (2024). Efectividad de las intervenciones enfermeras en la prevención de caídas en adultos mayores en la

- comunidad y en entornos sanitarios: Una revisión sistemática y metaanálisis de ECA. *Enfermería Clínica*, 34(1), 4–13. <https://doi.org/10.1016/j.enfcli.2023.08.002>
- Pan, Y., Thiamwong, L., & Xie, R. (2023). The effects of nurse driven mobility intervention (NDMI) on activities of daily living, mobility, fear of falling, and balance performance in hospitalized older patients: A pilot study. *Geriatric nursing (New York, N.Y.)*, 49, 193–198. <https://doi.org/10.1016/j.gerinurse.2022.12.006>
- Pillay, J., Gaudet, L. A., Saba, S., Vandermeer, B., Ashiq, A. R., Wingert, A., & Hartling, L. (2024). Falls prevention interventions for community-dwelling older adults: Systematic review and meta-analysis of benefits, harms, and patient values and preferences. *Systematic Reviews*, 13(1), 289. <https://doi.org/10.1186/s13643-024-02681-3>
- Quintar, E., y Giber, F. (2024). Las caídas en el adulto mayor: Factores de riesgo y consecuencias. *Actualizaciones en Osteología*, 10(3), 278–286. <https://www.osteologia.org.ar>
- Riofrio Tobar, A. J., Gualán Alvarez, G. A., y López Bravo, M. I. (2025). Evaluación integral funcional y riesgo de caídas en el adulto mayor. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 9(3), 5881–5897. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v9i3.18221
- Rojas Verdugo, E. P., Mesa-Cano, I. C., y Ramírez-Coronel, A. A. (2021). Prevalencia de caídas y factores asociados en los centros gerontológicos de Cañar y El Tambo. *Ocronos: Revista Médica y de Enfermería*, 4(5), 78. <https://revistamedica.com/prevalencia-caidas-factores-asociados-centros-gerontologicos/>
- Santos, G., Junior, M., Oliveira, L., Ferreira, L., Silva, J., Freitas, V., & Dourado, I. (2024). Risco de quedas na população idosa: Uma revisão narrativa sobre fatores contribuintes e estratégias de prevenção. *Research, Society and Development*, 13(10), e67131047130. <https://doi.org/10.33448/rsd-v13i10.47130>

- Silva Fhon, J. R., y Partezani Rodrigues, R. A. (2021). Caída y factores demográficos y clínicos en adultos mayores: estudio de seguimiento. *Enfermería Global*, 20(1), 133–144. <https://doi.org/10.6018/eglobal.418881>
- Suárez-Landazábal, O., y Parody-Muñoz, A. E. (2022). Prevalencia de caídas y factores de riesgo intrínsecos en personas adultas mayores. *Salud UIS*, 55. <https://doi.org/10.18273/saluduis.55.e:23011>
- Tobar-Gómez, M., y Martínez-Sánchez, A. (2023). Intervenciones de enfermería en la prevención de caídas del adulto mayor: revisión de la literatura. *Revista Sanitaria de Investigación*, 4(2), 114-123. <https://revistasanitariadeinvestigacion.com/intervenciones-de-enfermeria-en-la-prevencion-de-caidas-del-adulto-mayor-revision-de-la-literatura/>
- Vandervelde, S., Vlaeyen, E., de Casterlé, B. D., Flamaing, J., Valy, S., Meurrens, J., Poels, J., Himpe, M., Belaen, G., & Milisen, K. (2023). Strategies to implement multifactorial falls prevention interventions in community-dwelling older persons: A systematic review. *Implementation Science*, 18(1), 4. <https://doi.org/10.1186/s13012-022-01257-w>
- Vázquez Cardona, S. D., Hernández Villagómez, M. E., Belio Campoy, J., y Ramírez Valdez, A. A. (2024). Prevalencia de factores de riesgo para caídas en el adulto de 75 a 84 años de edad, adscritos a la Unidad de Medicina Familiar No. 53, León Guanajuato. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 8(1), 2022–2044. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v8i1.9605
- Wang, C., Zhang, Y., Wang, J., Wan, L., Li, B., & Ding, H. (2024). A study on the falls factors among the older adult with cognitive impairment based on large-sample data. *Frontiers in Public Health*, 12, 1376993. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2024.1376993>

9. ANEXOS

9.1. Matriz de revisión bibliográfica

Autor, Año	Nombre del artículo	Diseño	Objetivo del estudio	Resultados
Flores Franco (2022)	"Factores de riesgo de caída en los adultos mayores del barrio Paraíso, parroquia Anconcito 2022"	Investigación cuantitativa, descriptiva y transversal.	Determinar los factores de riesgo de caídas en adultos mayores.	Se identificaron como factores principales el déficit sensorial, caídas previas, miedo a caer nuevamente y polifarmacia.
Quintar y Giber (2024)	"Las caídas en el adulto mayor: factores de riesgo y consecuencias"	Revisión bibliográfica.	Analizar los factores de riesgo y consecuencias de las caídas en adultos mayores.	La edad avanzada, enfermedades crónicas y trastornos de la marcha incrementan el riesgo de caídas.
Jana et al. (2023)	Proportion, Pattern, and Predictors of Falls in Older Adults: A Community-based Observational Study in Rural West Bengal	Estudio observacional de base comunitaria, transversal.	Determinar la proporción, el patrón y los factores predictores de las caídas en adultos mayores residentes en la comunidad.	La edad avanzada, las alteraciones de la movilidad, las enfermedades crónicas, el deterioro visual y los antecedentes de caídas fueron identificados como los principales factores
Colón-Emeric et al. (2024)	Risk Assessment and Prevention of Falls in Older Community-Dwelling Adults: A Review	Revisión basada en evidencia	Analizar los factores de riesgo y las intervenciones efectivas para prevenir caídas en adultos mayores que viven en la comunidad.	Los trastornos de la marcha y del equilibrio, la hipotensión ortostática, las alteraciones sensoriales, el uso de medicamentos y los peligros ambientales.
Silva Fhon y Partezani Rodrigues (2021)	"Caída y factores demográficos y clínicos en adultos mayores"	Estudio longitudinal retrospectivo.	Analizar factores clínicos relacionados con caídas.	La fragilidad y enfermedades incrementaron incidencia de caídas.
Suárez y Parody (2022)	"Prevalencia de caídas y factores de riesgo intrínsecos en personas adultas mayores"	Estudio descriptivo de investigación e innovación.	Determinar la prevalencia de caídas y factores intrínsecos asociados.	Los problemas de equilibrio y alteraciones posturales aumentaron la prevalencia de caídas.
Wang et al. (2024)	A study on the falls factors among the older adult with cognitive impairment based on large-sample data	Estudio observacional analítico de corte transversal.	Analizar los factores asociados a las caídas en adultos mayores con deterioro cognitivo mediante el análisis de una muestra poblacional amplia.	El deterioro cognitivo, la edad avanzada, las enfermedades crónicas, las limitaciones funcionales y las alteraciones de la movilidad fueron identificados como factores que incrementan el riesgo de caídas en los adultos mayores.
Lázaro Baena et al. (2024)	"Revisión bibliográfica sobre la prevención de caídas como medida preventiva en el adulto mayor"	Revisión bibliográfica.	Analizar medidas preventivas relacionadas con las caídas en adultos mayores.	Debilidad muscular, alteraciones de la marcha, iluminación inadecuada y presencia de obstáculos en el hogar
Cevallos y Guamantaqui (2025)	"Prevención de caídas en adultos mayores: revisión bibliográfica"	Revisión bibliográfica descriptiva.	Explicar los factores de riesgo asociados a caídas en adultos mayores.	Alteraciones de la marcha, debilidad muscular, deterioro cognitivo, problemas visuales, uso de múltiples medicamentos y condiciones inadecuadas del hogar.
Leguizamo y Recalde (2024)	"Characterization of falls among older adults in primary health care in Ecuador"	Estudio descriptivo observacional.	Caracterizar las caídas en adultos mayores atendidos en atención primaria.	Las caídas estuvieron asociadas a enfermedades crónicas y limitaciones funcionales.

Autor, Año	Nombre del artículo	Diseño	Objetivo del estudio	Resultados
Montero-Odasso et al. (2022)	"World guidelines for falls prevention and management for older adults"	Método Delphi y revisión de evidencia	Desarrollar guías internacionales para prevención de caídas.	El estudio identificó la evaluación multifactorial, el ejercicio físico y las modificaciones del entorno como las principales intervenciones para la
Rojas Verdugo et al. (2021)	"Prevalencia de caídas y factores asociados en los centros gerontológicos de Cañar y El Tambo"	Estudio cuantitativo descriptivo transversal.	Identificar factores asociados al riesgo de caídas.	Intervenciones como educar, supervisar la movilidad y adecuar el entorno, redujeron el riesgo de caídas en adultos mayores.
Riofrio Tobar et al. (2025)	"Evaluación Integral Funcional y Riesgo de Caídas en el Adulto Mayor"	Revisión bibliográfica cuantitativa.	Analizar relación entre funcionalidad y caídas.	La valoración integral con escalas de evaluación permitió identificar oportunamente a los adultos mayores con más riesgo de caídas, favoreciendo las intervenciones de enfermería.
Chen, Li, Li, Lin y Feng (2023)	Tai Chi for fall prevention and balance improvement in older adults: a systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials	Revisión sistemática y metaanálisis de ensayos clínicos aleatorizados	Evaluar la efectividad del Tai Chi para reducir caídas y mejorar el equilibrio en adultos mayores.	La práctica regular de Tai Chi mejoró significativamente el equilibrio, la estabilidad postural y la movilidad funcional, disminuyendo las caídas
Tobar y Martínez (2023)	"Intervenciones de enfermería en la prevención de caídas del adulto mayor: revisión de la literatura"	Revisión bibliográfica.	Analizar intervenciones de enfermería eficaces en prevención de caídas.	Las principales intervenciones de enfermería para prevenir caídas
Orts-Cortés et al. (2024)	"Efectividad de las intervenciones enfermeras en la prevención de caídas"	Revisión sistemática y metaanálisis.	Evaluar efectividad de intervenciones enfermeras.	La valoración del riesgo, ejercicios de fortalecimiento y educación preventiva disminuyeron significativamente las caídas
Silva Fhon y Partezani Rodrigues (2021)	"Caída y factores demográficos y clínicos en adultos mayores"	Estudio cuantitativo longitudinal retrospectivo.	Analizar factores relacionados con las caídas.	La evaluación clínica y funcional permitió prevenir eventos de caídas recurrentes.
Fuentes Narváez (2022)	"Programa Vivifrail para disminuir el riesgo de caídas en el adulto mayor"	Estudio cuantitativo prospectivo con intervención.	Aplicar el programa Vivifrail en adultos mayores.	El ejercicio físico estructurado redujo el riesgo de caídas.
Li et al. (2023)	"Risk factors for falls among community-dwelling older adults"	Revisión sistemática y metaanálisis.	Identificar factores y estrategias preventivas.	La valoración del riesgo, ejercicios de equilibrio, educación preventiva y adecuación del entorno demostraron mayor efectividad en la prevención de caídas
Vandervelde et al. (2023)	Strategies to implement multifactorial falls prevention interventions in community-dwelling older persons: a systematic review	Revisión sistemática	Identificar y analizar las estrategias utilizadas para implementar intervenciones multifactoriales dirigidas a la prevención de caídas en adultos mayores que viven en la comunidad.	la valoración integral del riesgo, educación para la salud, ejercicio físico, seguimiento continuo y adecuación del entorno favorecieron la implementación efectiva de programas preventivos y contribuyeron a reducir las caídas

Autor, Año	Nombre del artículo	Diseño	Objetivo del estudio	Resultados
Fuentes Narváez (2022)	"Programa Vivifrail para disminuir el riesgo de caídas en el adulto mayor"	Estudio cuantitativo prospectivo con intervención.	Evaluar el efecto del programa Vivifrail sobre el riesgo de caídas.	Se evidenció mejoría funcional y disminución significativa del riesgo de caídas.
Orts-Cortés et al. (2024)	"Efectividad de las intervenciones enfermeras en la prevención de caídas"	Revisión sistemática y metaanálisis.	Evaluar la efectividad de intervenciones enfermeras.	Las intervenciones disminuyeron la incidencia de caídas y mejoraron la funcionalidad.
Montero-Odasso et al. (2022)	"World guidelines for falls prevention and management for older adults"	Consenso de expertos y revisión científica.	Establecer recomendaciones basadas en evidencia.	Las estrategias multifactoriales mejoraron autonomía y calidad de vida.
Santos et al. (2024)	"Riesgo de caídas en la población mayor"	Revisión narrativa.	Analizar intervenciones preventivas.	Las intervenciones redujeron complicaciones físicas y funcionales.
Cheng, Liu y Zhang (2025)	The effect of a nurse-led intervention on number of falls and acceptance of disability in patients with Parkinson's disease	Ensayo clínico aleatorizado.	Evaluar las intervenciones de enfermería sobre el número de caídas y la aceptación de la discapacidad en adultos mayores con Parkinson.	La intervención de enfermería redujo el número de caídas e incrementó la aceptación de la discapacidad, evidenciando un impacto positivo en la seguridad y adaptación funcional
Lee, Yi y Lee (2024)	Effects of community-based fall prevention interventions for older adults using information and communication technology	Revisión sistemática y metaanálisis	Analizar el efecto de intervenciones para prevenir caídas mediante tecnologías de información y comunicación en adultos mayores.	Las intervenciones basadas en telemedicina, entrenamiento virtual del equilibrio y programas educativos digitales mejoraron el equilibrio, la movilidad y redujeron el riesgo de caídas.
Pan, Thiamwong y Xie (2023)	The effects of nurse-driven mobility intervention, on activities of daily living, mobility, fear of falling, and balance performance in hospitalized older patients	Estudio piloto preexperimental con evaluación antes y después de la intervención.	Evaluar los efectos de una intervención de movilidad por enfermeras sobre las actividades como la movilidad, el miedo a las caídas y el equilibrio en adultos mayores hospitalizados.	La intervención de movilidad mejoró significativamente las actividades de la vida diaria, la movilidad funcional y el equilibrio, además de disminuir el miedo a las caídas, evidenciando un impacto positivo sobre la capacidad funcional del adulto mayor.
Vázquez Cardona et al. (2024)	"Prevalencia de Factores de Riesgo para Caídas"	Estudio transversal descriptivo.	Determinar factores relacionados con caídas.	La intervención temprana redujo limitaciones funcionales y riesgo de caídas.
Labata et al. (2023)	Effectiveness of Multicomponent Training on Physical Performance in Older Adults: A Systematic Review and Meta-analysis	Revisión sistemática y metaanálisis de ensayos clínicos aleatorizados	Evaluar la efectividad de los programas de entrenamiento multicomponente para mejorar el rendimiento físico en adultos mayores sanos.	El entrenamiento multicomponente mejoró el rendimiento físico, la fuerza muscular, la velocidad de marcha y la capacidad aeróbica. Este tipo de intervención favorece la funcionalidad, la independencia y contribuye a la reducción del riesgo de caídas.
Pillay et al. (2024)	Falls prevention interventions for community-dwelling older adults: systematic review and meta-analysis	Revisión sistemática y metaanálisis	Evaluar la efectividad de diferentes intervenciones para prevenir caídas en adultos mayores que viven en la comunidad.	Los programas de ejercicio supervisado, entrenamiento de equilibrio y las intervenciones multifactoriales redujeron la incidencia de caídas y mejoraron el estado funcional de los adultos mayores.