

# ¡RECUERDE!

SI TE CAES CON FRECUENCIA  
PUEDES TENER ALGÚN  
PROBLEMA DE SALUD

Consulte a su médico  
al menos una vez al año

Para obtener más información,  
acuda a la unidad de salud  
más cercana

SEMAR  
SECRETARÍA DE MARINA



SEDENA  
SECRETARÍA DE  
LA DEFENSA NACIONAL

SEDESOL  
SECRETARÍA DE  
DESARROLLO SOCIAL



ISSSTE  
INSTITUTO DE SEGURIDAD  
Y SERVICIOS SOCIALES DE LOS  
TRABAJADORES DEL ESTADO

DIF



Asociación Mexicana  
de Gerontología y Geriatria, A. C.  
IAGG Member



INSTITUTO  
NACIONAL DE  
GERIATRÍA

Instituto Nacional de  
Neurología y Neurocirugía  
Manuel Velasco Suárez

SALUD  
SECRETARÍA DE SALUD



## ¿Se Cae con Frecuencia?



# CENAPRECE

CENTRO NACIONAL DE PROGRAMAS PREVENTIVOS  
Y CONTROL DE ENFERMEDADES

## ¿Son normales las caídas?

No es normal que las personas adultas mayores presenten caídas frecuentes. Pueden deberse por causas ambientales, enfermedades, alteraciones en los cambios posturales y uso de medicamentos.



Las caídas son un problema de salud frecuentemente ignorado por las personas adultas mayores, sus familiares y los médicos.

## Acuda al médico si presenta:

- Dos o más veces en el año
- Trastornos visuales o dificultad para ver
- Trastornos auditivos
- Incontinencia urinaria
- Dificultad para mantenerse de pie
- Dificultad para caminar



**LAS CAÍDAS GENERAN DAÑOS SEVEROS A LA SALUD, DISCAPACIDAD Y DEPENDENCIA.**