

ESTUDIO sLIFE

Efectividad del programa sLIFE para reducir las caídas y la fragilidad en personas mayores en Atención Primaria. Ensayo clínico aleatorizado.

El **objetivo** de este estudio es: Evaluar si una intervención grupal siguiendo los principios de fuerza y equilibrio del programa de ejercicio LIFE es más eficaz que el habitual consejo de salud para reducir la incidencia de caídas.

CRITERIOS DE INCLUSIÓN	
Personas de 65 años o más atendidas en centros de salud urbanos de Salamanca	

CRITERIOS DE EXCLUSIÓN

1. Insuficiencia cardíaca (NYHA clase III y IV);
2. Accidente cerebrovascular reciente (<6 meses);
3. Enfermedad de Parkinson;
4. En tratamiento activo de cáncer (últimos 6 meses);
5. Enfermedad pulmonar obstructiva crónica GOLD clase III y IV;
6. Fractura inestable de la extremidad inferior;
7. Extremidad inferior amputada,
8. Tratamiento menos de 6 meses de depresión,
9. Tensión arterial en reposo no controlada de una presión sistólica > 160 o diastólica > 100 o más;
10. No estar disponible para la intervención,
11. Tener viajes o traslados planeados más de 2 meses dentro de los primeros 6 meses del estudio;
12. Deterioro cognitivo de moderado a grave (evaluación cognitiva de Mini Mental <23);
13. Participación actual en otro ensayo clínico de intervención.

Nombre	Apellidos	Fecha nacimiento	Teléfono
1.			
2.			
3.			
4.			
5.			
6.			
7.			
8.			
9.			
10.			

Profesional: (Nombre y apellidos completos y DNI, para expedición de certificado de colaboración)