

El riesgo de caída aumenta por el tipo de calzado

■ Redacción

Según un estudio del Instituto de Investigación del Envejecimiento, que se publica en la edición digital de *Footwear Science*, ir descalzo por casa puede provocar un aumento de caídas en personas mayores (el 52 por ciento de los participantes reconocieron haberse caído).

Los expertos dicen que las caídas se deben a muchos factores prevenibles tales como la debilidad muscular, un calzado ina-

decuado, y la prescripción de medicamentos.

"El consejo de utilizar zapatos cerrados y ajustados en casa debería incluirse en los programas de prevención de caídas", dice Marian T. Hannan, del Instituto de Investigación del Envejecimiento y principal autora. Además se necesita más investigación para realizar un diseño de calzado aceptable y cómodo que proporcione una seguridad óptima a las personas mayores.