

**Osasunerako Onuragarria den Jarduera Fisikoari (AFBS) eta Kirol Medikuntzari aplikatutako Zientzia eta Teknologiaiko Ikerketa proiektuak, 2022erako, Berreskurapen, Eraldaketa eta Erresiliencia Planaren Europako funtsen kargura /**  
**Proyectos de Investigación en Ciencia y Tecnología aplicada a la Actividad Física Beneficiosa para la Salud (AFBS) y la Medicina Deportiva, 2022, con cargo a los fondos europeos del Plan de Recuperación, Transformación y Resiliencia**

**Financiado por MCD, Consejo Superior de Deportes y por la Unión Europea NextGenerationEU/ PRTR**

Kodea / Código externo	Componente	Isenburua / Título	Emandako Guztizkoa / Total Concedido	Resumen
EXP_75047	C26.I01.P02	Intervención de ejercicio físico en el ámbito de los cuidados domiciliarios de personas mayores: impacto en los sistemas sociales y sanitarios	49.153,83	<p>El envejecimiento poblacional es uno de los retos a los que se está enfrentando nuestra sociedad en la actualidad. Así, la población mayor de 65 años en el año 2010 suponía el 15% en los países de la OCDE y se espera que en 2030 alcance el 20% (1). Asimismo, la esperanza de vida media de los citados países es de 80 años, habiéndose incrementado en 11 años desde 1970 (2). España es uno de los países del mundo con mayor tasa de envejecimiento poblacional, con una esperanza de vida de 83 años (3) y un 20% de población mayor de 65 años (4).</p> <p>La fragilidad es un síndrome geriátrico caracterizado por un aumento significativo del riesgo de sufrir eventos adversos, tales como caídas, institucionalización, hospitalización, dependencia o mortalidad (5). La prevalencia de la fragilidad es particularmente elevada en las personas mayores (6). Por ello, el aumento de la población mayor ha incrementado la prevalencia del citado síndrome y ha convertido su abordaje en una prioridad en nuestro entorno, ya que tiene un fuerte impacto social y sanitario. Existen diferentes herramientas para identificar la fragilidad, la mayoría de las cuales se caracterizan por reflejar principalmente la condición física (7). Sin embargo, también se describen las fragilidades psicológica (8), cognitiva (9) y social (10). Por ello, actualmente no existe un consenso sobre el concepto de fragilidad. La OMS la define como un estado clínicamente reconocible en el que la capacidad de las personas mayores para hacer frente a la vida cotidiana o a los factores de estrés agudo se ve comprometida por una mayor vulnerabilidad provocada por la disminución de la reserva fisiológica asociada a la edad y el defecto en el funcionamiento de múltiples sistemas orgánicos(11).</p> <p>Un aspecto clave de la fragilidad es que se considera reversible. Además, existe un estado previo, conocido como pre-fragilidad (12), en el que empiezan a manifestarse algunos de los síntomas. Por ello, una identificación precoz de las personas en estado frágil o pre-frágil permitiría poner en marcha actuaciones que servirían para prevenir o retrasar la fragilidad y sus consecuencias. De esa manera, se podrán mejorar la salud, la calidad de vida y la funcionalidad de las personas mayores con (o en riesgo de sufrir) esta condición y reducir el coste social y sanitario que lleva asociada.</p> <p>En España, desde hace años se están desarrollando programas y estrategias dirigidas de manera específica a abordar la fragilidad (13, 14). Sin embargo, la integración del tratamiento de la fragilidad entre los sistemas de atención social y sanitarios no queda del todo evidenciada, siendo el sistema sanitario el que está asumiendo su abordaje en mayor medida. En esta línea, la atención socio-sanitaria se ha convertido en una actividad prioritaria en el País Vasco, tal como lo reflejan informes como el Plan de Salud 2013-2020 del Gobierno Vasco o el Informe del Proyecto de Fragilidad(15, 16).</p>