



**UNIVERSIDAD DE LA INTEGRACIÓN DE LAS
AMÉRICAS**

FACULTAD DE SALUD

LICENCIATURA EN KINESIOLOGÍA Y FISIOTERAPIA

**PREVALENCIA DE ALTERACIONES DE LA MARCHA Y EL RIESGO DE CAÍDAS
EN ADULTOS MAYORES ENTRE 60 Y 80 AÑOS DE EDAD, DEL
DEPARTAMENTO CENTRAL, PARAGUAY**

Alexis Ramón Gómez Arguello

Asunción, Paraguay

Año 2025



RESUMEN

El envejecimiento poblacional es un fenómeno global con repercusiones significativas en la salud pública. Una de las consecuencias más importantes en los adultos mayores es la alteración de la marcha, la cual se asocia directamente con mayor riesgo de caídas, generando discapacidad, dependencia funcional y mortalidad. El objetivo general de esta investigación fue analizar la prevalencia de las alteraciones del patrón de marcha y su asociación con el riesgo de caídas en adultos mayores del departamento central, Paraguay. Para ello, se analizaron instrumentos clínicos validados como lo son el *test de Berg*, el *time up and Go*, la batería corta de rendimiento físico, la prueba de Tinetti, etc. Se realizó un estudio de tipo observacional, descriptivo y cuantitativo, con adultos de 60 a 80 años. Los resultados evidenciaron que un porcentaje considerable de A.M. presenta alteraciones en el patrón de marcha, siendo la más frecuente: disminución de la velocidad de la marcha, reducción de la longitud del paso, alteraciones visuales. El hallazgo más relevante del presente estudio es que las caídas no solo son consecuencias de un envejecimiento fisiológico inevitable, sino que pueden ser prevenidas mediante la detección temprana de las alteraciones de la marcha y la implementación de programas donde intervengan los fisioterapeutas. La fisioterapia, a través de ejercicios de fortalecimiento, reeducación postural, entrenamiento del equilibrio y programas de actividad física adaptada, desempeña un rol fundamental en la prevención de caídas y en la promoción de un envejecimiento saludable. En conclusión, la investigación demuestra la importancia de evaluar la marcha de manera sistemática en la población adulta mayor, en la fiabilidad de los instrumentos clínicos para la evaluación de los adultos mayores. Los resultados obtenidos aportan evidencia de la situación de nuestros adultos mayores, lo cual nos ayuda a detectar las alteraciones del patrón de marcha y poder tomar medidas sobre

