

# Unitat d'Ortogeriatría

Les Unitats d'Ortogeriatría FLS (Fracture Liaison Service) són unitats funcionals i multidisciplinàries de rehabilitació integral destinades a tractar al pacient que ha patit una fractura osteoporòtica.

Es garanteix una atenció integral durant tot el procés relacionat amb la fractura:

- Etapa preoperatòria
- Etapa postoperatòria
- Rehabilitació
- Alta hospitalària
- Continuitat assistencial amb EAP (Equip d'Atenció Primària)

## Objectius

1. Disminuir la mortalitat hospitalària
2. Recuperar la situació funcional prèvia a la fractura
3. Assolir els objectius en el mínim temps i costos possibles

Unitat d'Ortogeriatría  
FLS Baix Camp - Priorat

☎ **679 362 338**

✉ [geriatria@salutsantjoan.cat](mailto:geriatria@salutsantjoan.cat)

## Salut/

 **Hospital Universitari  
Sant Joan**  
REUS

🏠 Av. del Dr. Josep Laporte, 2. 43204 Reus

☎ **977 310 300**

🌐 [www.hospitalsantjoan.cat](http://www.hospitalsantjoan.cat)

✉ [hospitalreus@salutsantjoan.cat](mailto:hospitalreus@salutsantjoan.cat)

📱 @HospitalReus

 **Generalitat  
de Catalunya**

# Consells per prevenir fractures

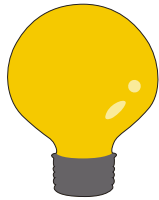
Unitat d'Ortogeriatría  
FLS Baix Camp - Priorat



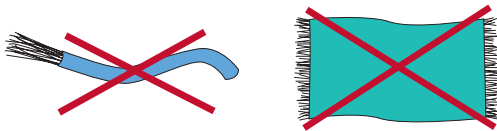
Salut/  **Hospital Universitari  
Sant Joan**  
REUS

# Prevenir fractures: Sí, però com ho farem?

## 1. Evitar i prevenir caigudes per afavorir un entorn segur



Il·luminació correcta



Retirar obstacles

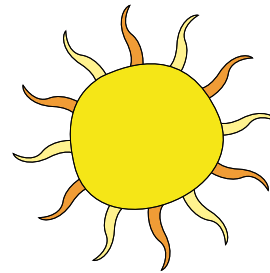


Sabates tancades

## 2. Afavorir un estil de vida saludable



Activitat física moderada



Prendre el sol diàriament



Alimentació rica en calci i vitamina D

## Per què hem de prendre calci i vitamina D?

- El calci és fonamental per a la salut dels nostres ossos
- La vitamina D afavoreix l'absorció del calci

### Aliments rics en calci

