

PREVENCIÓN DE CAÍDAS

VALORAMOS SU PRIVACIDAD Y SEGURIDAD



Llame, no se caiga

Estaremos encantados de ayudarlo. **Tan solo presione el botón de llamadas y acudiremos para ayudarlo a:**

- Ir al baño
- Acomodarse en la cama
- Lo que necesite

Sea consciente de los riesgos del baño

En Saint Alphonsus, nos esforzamos para que su estancia sea lo más segura y agradable posible. Una de las situaciones más comunes en las que se producen caídas es al ir o volver del baño o al utilizar la cómoda de la cama.

- Planifique las visitas rutinarias al baño.
- Deje tiempo al personal para que le ayude.
- El personal debe estar al alcance de su mano mientras usted va al baño para ayudarlo a protegerse de posibles caídas.



Saint Alphonsus

A Member of Trinity Health

Los pacientes, la familia, los amigos, los cuidadores y el personal del hospital deben trabajar juntos para garantizar una estancia segura en el hospital. Consulte con su personal si tiene alguna duda o preocupación sobre la seguridad y la prevención de caídas.



SEGURIDAD AHORA Y SIEMPRE



Saint Alphonsus

A Member of Trinity Health



Recuerde

“Llame, no se caiga”



¿Por qué corro el riesgo de caerme?

- Sentir debilidad o inestabilidad en los pies.
- Utilizar una ayuda para caminar (por ejemplo, muletas, bastón, andador) o apoyarse en objetos para moverse.
- Estar en un entorno desconocido y conectado a varios dispositivos médicos.
- Sobreestimar su capacidad física.
- Medicamentos como anestesia reciente y medicamentos para la tensión arterial o el dolor.
- Necesidad frecuente de ir al baño.
- Historial de caídas.

¿Qué hará mi equipo asistencial para evitar que me caiga?

Para ayudar a mantenerle seguro, el personal tomará ciertas medidas, entre las que se incluyen:

- Evaluar rutinariamente su riesgo de caída.
- Desarrollar un plan de cuidados para evitar o limitar los factores que le ponen en riesgo.
- Orientarle sobre su habitación y las estrategias de prevención de caídas.
- Informarle a usted y a su familia/cuidador sobre la prevención de caídas.

Podemos utilizar una **alarma de salida de la cama**: sonará una alarma si se mueve hacia el borde o los pies de la cama y activa la luz de llamada a la enfermera o una **alarma de silla**: sonará una alarma si se levanta y activa la luz de llamada a la enfermera. **NO apague estas alarmas**. Llame al personal para que le ayude.



¿Qué podemos hacer mi familia y yo para prevenir una caída?

La prevención de caídas no solo implica al paciente y al personal, sino también a la familia, los amigos y los cuidadores. Durante su estancia en el hospital, siga estos recordatorios de seguridad:

- “Llame, no se caiga”
 - Utilice la luz de llamada para pedir ayuda al levantarse en cualquier momento en que se sienta débil, inestable o mareado.
 - Utilice la luz de llamada cada vez que quiera levantarse si corre el riesgo de caerse.
- Espere a que el personal asista al paciente.
- Por favor, no lleve al paciente al baño ni lo deje solo en él.
- Lleve zapatillas o zapatos antideslizantes cuando camine, y utilice un andador si está indicado.
- No se apoye en nada que pueda rodar o moverse, como la mesilla de noche o un poste de suero.
- Informe de cualquier derrame o líquido en el suelo.
- Los familiares, amigos y cuidadores deben avisar al personal cuando se marchen.

¿Cómo puedo prevenir las caídas en casa?

Después de salir del hospital, será importante que usted y su familia practiquen la prevención de caídas y la seguridad en casa. Recibirá información adicional sobre la prevención de caídas en casa a lo largo de su estancia en el hospital.