

Prevención de caídas y lesiones derivadas de las caídas



Uno de los objetivos del hospital es **proporcionar la mejor calidad de Cuidados**. Por ello trabajamos para evitar las caídas durante su estancia en el hospital.



Usted y su familiar nos pueden ayudar a prevenir las caídas. Con este folleto le proporcionamos pequeños consejos que puedan serle útiles para prevenir las caídas durante su ingreso.



La familia juega un papel muy importante durante el ingreso para prevenir las caídas

- Solicite información sobre las actividades que puede realizar su familiar.
- Lea este folleto conjuntamente con el paciente y ayúdele a entender la información que contiene.
- Cuando deje solo a su familiar ¡AVÍSENOS!

PREVENCIÓN DE CAÍDAS EN EL HOSPITAL



Gracias por su colaboración



CONSEJOS

- **LEVANTARSE DE LA CAMA:** Incorpórese primero y manténgase sentado al borde de la cama unos minutos



- **CALZADO:** No camine descalzo ni con calcetines, utilice zapatillas cerradas



- **BARANDILLAS:** Si están subidas no las baje, es por su seguridad
- **CAMA:** Posición baja y frenada
- **SUELO MOJADO:** Avísenos si se ha derramado algún líquido



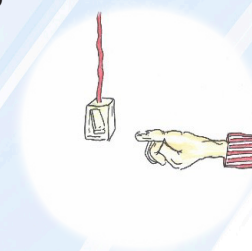
- **BASTÓN O ANDADOR:** Utilícelo si tiene dificultad para caminar



- **ZONAS DE PASO:** Manténgalas libres de obstáculos
- **ILUMINACIÓN:** Mantenga una iluminación adecuada tanto diurna como nocturna



- **LLAME AL TIMBRE:** Si lo necesita para levantarse, ir al baño o si está mareado



- **SITIENE UNA CAÍDA:** Comuníquelo al personal de la unidad aunque no tenga consecuencias

¡ ¡ IMPORTANTE ! !

COLOQUE LOS OBJETOS DE USO FRECUENTE Y EL TIMBRE A SU ALCANCE

Las caídas son “**EVITABLES**” y por tanto, podemos prevenirlas actuando de forma activa, estableciendo hábitos, asegurando el entorno y evitando riesgos.

Las caídas son el accidente más frecuente entre los adultos. El riesgo aumenta con la edad y durante el ingreso hospitalario, debido a la debilidad causada por su proceso de enfermedad y el desconocimiento del entorno, entre otros.

