



PACIENTES CON RIESGO DE CAÍDAS

MEDIDAS DE PREVENCIÓN



CLINICA ANGLO AMERICANA

La mayoría de las caídas de los pacientes se deben a diversos factores como el estado de salud, la conducta y la actividad del paciente.

Todas las caídas pueden **prevenirse o minimizarse** siempre que se identifique los factores de riesgo asociados a las caídas en general y a las de enfermos.

Por ello, la Clínica Anglo Americana tiene como principal objetivo el educar al paciente y a sus cuidadores (familiares o personal asistencial) en la prevención de caídas, con un material informativo que pueda ser útil y de referencia para tal fin.

¿Quiénes tienen mayor riesgo de caída?

- Niños menores de 6 años
- Adultos mayores de 65 años
- Pacientes con dificultad para ver, oír, caminar o moverse
- Pacientes que están tomando medicamentos para dormir, regular la presión arterial o glucosa
- Pacientes desorientados o mareados
- Pacientes post operados
- Pacientes con alteraciones neurológicas o mentales
- Personas que están en ayuno o reposo prolongado
- Personas con historia de caídas previas
- Personas que usan aparatos ortopédicos, guías de suero, sonda vesical, etc.





Medidas de prevención en pacientes hospitalizados:

1. Avise al personal de enfermería, haciendo uso del timbre de llamada, en caso de:
 - Si su paciente requiere ir a los servicios higiénicos
 - Si su paciente requiere trasladarse de la cama al sillón
 - Si precisa ausentarse de la habitación, y dejar al paciente solo.
 - Si su paciente desea caminar por los pasillos.
2. Si su familiar lleva varios días en cama, no lo levante rápido. Espere unos minutos sentado al borde de la cama.
 - Mantener el timbre de llamado al alcance de la mano del paciente **(A)**.
 - Mantener siempre las cuatro barandas de la cama en posición elevada **(B)**.
 - Mantener la altura de la cama baja **(C)**.
 - Mantener el entorno de la habitación libre de obstáculo.
 - Mantener una iluminación adecuada en la habitación tanto diurna como nocturna **(D)**.
 - Colocar los objetos personales de uso frecuente al alcance del paciente.

- Verificar que el paciente use el calzado adecuado “antideslizante” para su desplazamiento y evite que camine descalzo o solo con medias.
- Mantener un bastón o andador cerca, si tiene problemas para caminar.
- Durante la alimentación acompañe al paciente y deje los objetos a su alcance.
- Por favor acompañe a su familiar si va a ser sometido a alguna prueba o examen. El personal de enfermería le dará las instrucciones.

Los cuidados de enfermería

La prevención de caídas es uno de los indicadores de calidad de los cuidados de enfermería durante el tiempo de hospitalización y cuyo seguimiento es común en todos los programas de calidad de los distintos hospitales.

Cuando se trata de un paciente hospitalizado, el personal de enfermería realiza la valoración de riesgo de caídas durante la admisión del paciente y durante el transcurso de la hospitalización.

Durante la hospitalización y de acuerdo al resultado de la evaluación de enfermería, se establecen medidas para prevenir las mismas como:

- Colocación de un brazalete amarillo para la identificación de pacientes con mayor riesgo de caída.
- En situaciones especiales puede ser necesario tomar medidas de seguridad adicional, como medidas de sujeción. Esto se realiza por indicación médica y bajo el consentimiento previo del paciente y/o familiar.

**SI TIENE ALGUNA DUDA O CONSULTA,
COMUNÍQUELO A SU MÉDICO O AL PERSONAL
DE ENFERMERÍA. ESTAMOS PARA CUIDARLO.**

Medidas de prevención en el hogar:

- Mantenga las áreas de circulación (pasillos, corredores, vestíbulos etc.), lo más libre posible de obstáculos, sobre todo en las zonas de mayor tránsito y trabajo.
- En la bañera, utilice alfombras o tapetes antideslizantes.
- Revise que las escaleras de acceso a la vivienda tengan barandales o pasamanos, a una altura no inferior a 90 cms. y dispongan de pasamanos en todos sus tramos.
- En caso de tener niños pequeños en casa, proteja aquellas ventanas que se encuentren a menos de un metro del suelo, mediante barandales o protecciones. Si tiene barrotes, estos deben ser colocados verticalmente y su separación debe ser tal que impida el paso de la cabeza del menor.
- Evite colocar macetas u otros objetos que anulen o neutralicen la función de los barandales.
- Pida ayuda para transportar objetos voluminosos, aunque no sean pesados.
- No utilice escaleras de mano defectuosas (travesaños rotos, averiados o inexistentes) ni las baje de espaldas; siempre deberá bajar de cara a ellas, agarrándose del pasamano.
- No suba a la vez, más de una persona, a una escalera de mano.
- Evite utilizar sillas o muebles para alcanzar objetos altos en vez de escaleras apropiadas.
- Fije las estanterías o muebles altos firmemente a la pared.
- No suba, ni permita que los niños suban, sobre muebles y permanezcan en ellos de pie.

La Organización Mundial de la Salud define como caída "la consecuencia de cualquier acontecimiento que precipite al individuo al suelo en contra de su voluntad".



San Isidro

Calle Alfredo Salazar 350, Lima 27 - Perú

T (511) 616 8900 F (511) 616 8960

La Molina

Av. La Fontana 362, Lima 12 - Perú

T (511) 616 8989 F (511) 616 8993

www.angloamericana.com.pe



Organization Accredited
by Joint Commission International