

PREVENCIÓN DE CAIDAS



- Materia: Practica clínica de Enfermería I.
- Catedrática: Arguello Gálvez Marcos Jhodany.
- Carrera: Enfermería
- Cuatrimestre: 6to Cuatrimestre.
- Alumno: Gutiérrez Santizo Edwin Orlando.

PREVENCIÓN DE CAIDAS

¿Qué es una caída?

consecuencia de cualquier acontecimiento que precipita al individuo al suelo en contra de su voluntad

¿Qué repercusiones tienen?

Aspectos físicos

Complicaciones de su estado de salud, fracturas, daño en tejidos blandos, secuelas permanentes debido a la lesión presentada, etc.

Aspectos psicológicos

Temor y ansiedad ante las caídas

Aspectos sociales

Familia excesivamente protectora

Costos de atención

De instituciones prestadoras y aseguradores

Debido a que la mayoría de los accidentes de personas mayores ocurren en el hogar, se recomienda lo siguiente

Iluminación

Colocar luces intensas que permitan una correcta visibilidad

Suelos

Cambiar los suelos que puedan ser resbaladizos, eliminando o fijando las alfombras y retirando cualquier objeto que suponga un obstáculo al caminar

Escaleras

Instalar pasamanos y bandas antideslizantes en los bordes de cada escalón

Calzado

Debe ser cómodo, ajustado y con suela de goma (antideslizante)

Deambulación

Mirar bien por donde se camina y hacerlo despacio

Baño

Utilizar siempre alfombra de baño al salir de la ducha. Instalar asimismo asas en la ducha o baño y junto al inodoro

Otras recomendaciones generales

La práctica de ejercicio físico diario reduce las probabilidades de sufrir accidentes

Debe cuidarse y revisarse periódicamente la vista y el oído

En casa debe tenerse siempre a mano el teléfono para llamar al 112 en caso de emergencia

Cuando se sale a la calle se debe llevar la documentación y una anotación de a quién debe llamarse en caso de accidente

PREVENCIÓN DE CAIDAS EN PACIENTES HOSPITALIZADOS

Factores intrínsecos

¿Qué son?

Aquellos que están relacionados con el propio paciente y estarán determinados por cambios fisiológicos relacionados con la edad, patologías agudas o crónicas y por el consumo de fármacos

¿Cuáles son?

Edad

Niños menores de 6 años, el lactante puede caer de la cama o cuna. con frecuencia tienen caídas cuando empiezan a caminar. El adulto mayor de 65 años presenta riesgos multifactoriales, que son determinantes para que se presente una caída.

Enfermedades de condicionan a tener caídas

- Neurológicas.
- Musculo esqueléticas.
- Cardiovasculares.
- Otras causas como estrés, intoxicaciones, endocrinas, etc.

Alteraciones propias del envejecimiento

Alteraciones en la marcha por cambios en el sistema nervioso central y periférico. La desaferentación parcial del sistema nervioso central que modula las reacciones motoras, la adaptación al entorno y los problemas posturales. Disminución del desplazamiento de la cadera y del tobillo. Alteraciones de la percepción sensitiva y sensorial. Inseguridad al caminar con ligero desequilibrio. Disminución del control muscular y aparición de rigidez músculo. Deformaciones de los pies. Aumento de la xifosis dorsal que provoca cambios en la postura y la forma al caminar. Alteraciones visuales, auditivas y vestibulares.

Factores extrínsecos

¿Qué son?

Los llamados factores ambientales, del entorno arquitectónico o bien elementos de uso personal. Estos contribuyen hasta 50% para que se produzcan caídas.

¿Cuáles son?

Arquitectónicas de la unidad hospitalaria

- Ausencia del timbre de llamado.
- Escalones a la entrada o salida del baño.
- Ausencia de barras de sujeción en baños y áreas de regaderas.
- Área de regaderas con piso deslizante y sin tapetes antiderrapantes.
- Escaleras o rampas sin antiderrapantes.
- Escaleras con escalones irregulares.
- Lavabos y retretes muy bajos.
- Pisos disparejos.

Equipo y mobiliario

- Sistema no audible ni visible de timbre de llamado.
- Mobiliario fuera de su lugar.
- Silla de baño mojada, resbaladiza o ausencia de ésta.
- Presencia de cables, cordones y obstáculos en general.
- Ausencia de dispositivos específicos para la deambulación.
- Camas y camillas sin cinturones de seguridad, barandales laterales, piecera o cabecera.
- Camas, camillas o sillas de ruedas con frenos en mal estado o no funcionales

De proceso

- Omitir subir los barandales de cama o camilla.
- No verificar el funcionamiento de los sistemas de seguridad
- Cambios bruscos de postura, incorporar al paciente de forma rápida sobre todo si ha permanecido mucho tiempo en cama.
- Movilización del paciente sin ayuda de otro miembro del equipo o familiar.
- Faltas de normas de seguridad en la unidad hospitalaria.
- Falta de orientación al paciente y familiar de las medidas de seguridad, para deambular con los equipos de venoclisis, tubo de drenaje urinario, entre otros.