



Mi Universidad

Ensayo

Nombre del Alumno: Karla Hernández Yáñez

Nombre del tema: ROTAFOLIO DE SINDROMES GERIATRICOS

Parcial: SEGUNDA Actividad

Nombre de la Materia: ENFERMERÍA GERONTO-GERIATRICA

Nombre del profesor: MARIA JOSE HERNÁNDEZ MENDEZ

Nombre de la Licenciatura: Enfermería

Cuatrimestre: SEXTO B

INTRODUCCION

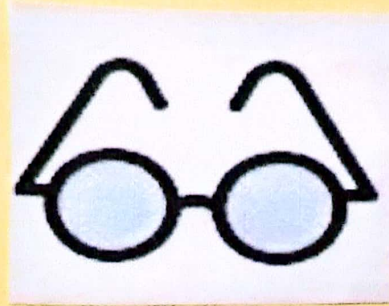
Las caídas en Adultos Mayores ocurren cuando se les dificulta mantener una posición adecuada estando sentados, acostados o de pie. Esto puede tener como consecuencia que al caer se golpeen y lastimen.

Los Adultos Mayores son más propensos a sufrir caídas, siendo las causas más comunes la debilidad muscular, alteraciones en su caminar y equilibrio, enfermedades del corazón (como presión baja y alta), disminución de la visión, el uso de bastones y andaderas de forma inadecuada; además de los efectos de algunos medicamentos, entre muchos otros.

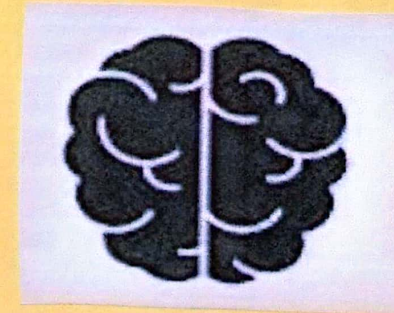


**CAIDAS EN EL
ADULTO MAYOR**

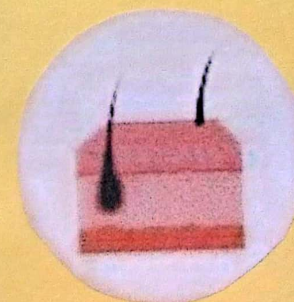




CAUSAS



CONSECUENCIAS





EJERCICIO FÍSICO

Ejercicios de reentrenamiento del equilibrio y corrección de la marcha, fortalecimiento muscular, etc...



ADAPTACIÓN DOMICILIO

Domicilio seguro, escaleras, alfombras, cuarto de baño, cocina animales domésticos

PREVENCIÓN



CALZADO

Evitar zapatillas mal ajustadas y zapato inadecuado



Chequeos médicos

Realiza chequeos médicos y mantén una vida activa y saludable.

CUIDADOS DE ENFERMERIA

Las intervenciones de enfermería para la prevención y control de las caídas en el paciente hospitalizado, están enfocadas hacia los factores de riesgos identificados en la valoración

Existen diversas escalas de valoración para determinar el riesgo de caídas, también son encargados de los cuidados que necesita un adulto mayor. Algunas de las actividades que debe realizar enfermería son;

- Identificar déficit cognitivo o físico del paciente que puedan aumentar la posibilidad de caídas en un ambiente dado.
- Identificar conductas y factores que afectan al riesgo de caídas.
- Revisar los antecedentes de caídas con el paciente y la familia.
- Identificar las características del ambiente que puedan aumentar las posibilidades de caídas (suelos resbaladizos y escaleras sin barandas).
- Controlar la marcha, el equilibrio y el cansancio al deambular.
- Preguntar al paciente por su percepción de equilibrio, según proceda.
- Compartir con el paciente observaciones sobre la marcha y el movimiento.
- Sugerir al paciente cambios en la marcha.
- Ayudar al paciente a adaptarse a las modificaciones sugeridas de la marcha.
- Ayudar a la deambulación de las personas inestables.
- Proporcionar dispositivos de ayuda (bastón o andador para caminar) para conseguir una marcha estable.
- Animar al paciente a utilizar un bastón o un andador, según corresponda.
- Enseñar al paciente a utilizar un bastón o andador, según corresponda.
- Mantener los dispositivos de ayuda en buen estado para su uso.
- Bloquear las ruedas de las sillas, camas o camillas en la transferencia del paciente.
- Colocar los objetos al alcance del paciente sin que tenga que hacer esfuerzos.
- Instruir al paciente para que pida ayuda al moverse, si lo precisa.
- Enseñar al paciente cómo caer para minimizar el riesgo de lesiones.
- Observar la habilidad para pasar de la cama a la silla y viceversa.
- Utilizar la técnica adecuada para colocar y levantar al paciente de la silla de ruedas, cama, baño, etc.
- Disponer sillas de altura adecuada, con respaldo y apoyabrazos para un traslado más sencillo.

CONCLUSION

Es importante tener los cuidados necesarios con los adultos mayores, ya que están expuestos a caídas que pueden tener como consecuencias complicaciones más graves e incluso traumatismos con daños irreversibles o hasta la muerte. Como personal debemos estar pendientes de los movimientos a realizar con el paciente, observar y analizar la habilidad que tiene para sí mismo, previniendo lo más posible, las caídas