



Mi Universidad

SUPER NOTA

Nombre del Alumno: María Guadalupe Pérez Pérez

Nombre del tema: RIESGO DE CAIDA

Parcial: 1er Parcial

Nombre de la Materia: Practicas de enfermería

Nombre del profesor: Adriana Yasmin Lopez Gomez

Nombre de la Licenciatura: Licenciatura en Enfermería

Cuatrimestre: 6to Cuatrimestre

RIESGO DE CAÍDA



¿Qué es?

Las caídas son sucesos involuntarios que hacen perder el equilibrio y dar con el cuerpo en el suelo o en otra superficie firme que lo detenga. Las lesiones causadas por las caídas pueden ser mortales, aunque la mayoría de ellas no lo son. Las caídas son uno de los riesgos que tienen los pacientes durante su estancia hospitalaria. Al presentarse, podrían afectar la calidad de vida de las personas y provocar un aumento en la dependencia y necesidad de ayuda. En el Instituto, estamos trabajando para mejorar la calidad en la atención y seguridad de nuestros pacientes; por ello, es necesario que usted conozca las medidas en las que puede contribuir para reducir el riesgo de caídas.

¿QUÉ PUEDE CAUSAR UNA CAÍDA?

Factores del paciente, por ejemplo:

- Disminución de la visión
- Alteraciones de la marcha y el equilibrio
- Debilidad muscular
- Utilizar calzado inadecuado mientras camina
- Efectos secundarios de medicamentos
- Desorientación o confusión mental
- Incontinencia urinaria o fecal



Factores del entorno hospitalario, por ejemplo:

- Altura de la cama, ausencia de frenos y barandales
- Ausencia de timbres
- Pisos mojados
- Poca iluminación
- Tripiés
- Habitación desordenada
- Ausencia de familiar o cuidador, entre otras



¿Qué personas corren más riesgo?

- La edad es uno de los principales factores de riesgo de sufrir caídas. Los ancianos son quienes corren mayor riesgo de morir y de sufrir lesiones, y el riesgo en este grupo aumenta con la edad. Las caídas que sufren los niños, que son otro grupo de riesgo, se deben en gran medida a las características de las distintas etapas del desarrollo, a su curiosidad innata por el entorno y a la autonomía que van adquiriendo, que los lleva a adoptar conductas de más riesgo
- Ambos sexos corren riesgo de sufrir caídas en todos los grupos etarios y todas las regiones. Las mujeres de edad y los niños pequeños son especialmente propensos a sufrir caídas y a que estas revistan más gravedad, si bien, en todo el mundo, las tasas de mortalidad y los AVAD perdidos son sistemáticamente más altas en los varones.



¿QUÉ CONSECUENCIAS PUEDE TRAER CONSIGO UNA CAÍDA

EN EL PACIENTE:

- Heridas y lesiones en distintas partes del cuerpo.
- Fracturas y/o discapacidad
- Miedo de volverse a caer, limitándolo físicamente y produciendo otras complicaciones por la inmovilidad.
- Daño psicológico y/o depresión
- Agravamiento de su enfermedad por la cual llegó al hospital
- Mayor tiempo de estancia hospitalaria



EN LA FAMILIA:

- Mayor gasto económico
- Mayor tiempo de acompañamiento
- Desgaste del cuidador
- Alteraciones del estado de ánimo
- Requerimiento de mayores cuidados al egreso del paciente



RIESGO DE CAIDA



¿Qué es evaluación de riesgo de caída?



La evaluación del riesgo de caídas se usa para determinar si usted tiene un riesgo bajo, moderado o alto. Si evaluación indica que su riesgo es mayor, el profesional de la salud o el proveedor de cuidados le puede recomendar estrategias para prevenir las caídas y reducir el riesgo de lesiones.

¿Qué ocurre durante la evaluación inicial del riesgo de caídas?

Una evaluación de riesgo de caídas analiza qué tan probable es que usted se caiga. Se hace principalmente en adultos mayores. En general, la evaluación incluye:



- Una evaluación inicial: Esto incluye una serie de preguntas acerca de su salud en general y si ha tenido caídas previas o problemas del equilibrio, para pararse y/o caminar
- Una serie de pruebas conocidas como herramientas para evaluación de caídas: Estos instrumentos prueban su fuerza, equilibrio y su marcha (la forma en que usted camina)



ESCALA DE DOWNTON

La escala Downton se utiliza para evaluar el riesgo que presenta una persona de sufrir una caída. Evalúa 5 ítems: caídas previas, medicamentos, déficits sensoriales, estado mental y deambulación. Cuando el resultado de la escala es de tres o más puntos, se considera que el paciente tiene un alto riesgo. El índice de Downton valora los antecedentes de caídas, el tipo de medicamentos que consume el paciente, la presencia de déficits sensoriales, el estado mental y el equilibrio en función de la capacidad para deambular.



ESCALA DE BRADEN

	1	2	3	4
PERCEPCIÓN SENSORIAL	COMPLETAMENTE LIMITADA	MUY LIMITADA	LIBERAMENTE LIMITADA	NO LIMITACIONES
EXPOSICIÓN A LA HUMEDAD	COMPLETAMENTE HUMEDA	A MENUDO HUMEDA	OCASIONALMENTE HUMEDA	PROBLEMA HUMEDA
ACTIVIDAD	EN CAMA	EN SILLA	DEAMBULA OCASIONALMENTE	DEAMBULA FRECUENTEMENTE
MOVILIDAD	COMPLETAMENTE INMÓVIL	MUY LIMITADA	LIBERAMENTE LIMITADA	CON LIMITACIONES
NUTRICIÓN	MUY POBRE	PROBABILMENTE INADECUADA	ADECUADA	EXCELENTE
FRICCIÓN Y CIZALLAMIENTO	PROBLEMA	PROBLEMA POTENCIAL	CON PROBLEMA APARENTE	SIN PROBLEMA

Evalúa el riesgo de desarrollar úlceras por presión en base a la sensibilidad y humedad de la piel, la fricción del cuerpo con las sábanas, la movilidad, actividad y nutrición del paciente. Un puntaje menor o igual a 16 implica riesgo de desarrollar úlceras por presión, se utilizó este punto de corte ya que es lo que se describe por los autores de la escala para su utilización

DISPOSITIVOS DE AYUDA DE CAIDAS

Los dispositivos de detección de caídas utilizan la tecnología para detectar y pedir ayuda a las personas mayores propensas a caerse. Un sistema de alerta médica de detección de caídas permite al usuario solicitar asistencia sin tener que pulsar el botón de llamada. Si el usuario se cae, estos sistemas activan inmediatamente el sensor. La tecnología incorporada puede llevarse alrededor del cuello, en la muñeca o en la cintura, según el dispositivo.

- Dispositivos sensoriales portables o «wearables»: Cuando una persona se cae en casa, un sensor acelerómetro instalado en un reloj, colgante, cinturón o gadget con clip controla la rapidez con la que se mueve hacia la tierra. Un algoritmo decide si la persona se ha caído o no. Si es así, el gadget avisa al equipo de vigilancia del fabricante. A continuación, un agente se pone en contacto con la persona a través del altavoz del dispositivo.
- Dispositivos de sensores de ambiente: Las cámaras de vídeo se colocan estratégicamente en la casa de la persona con dispositivos de detección ambiental para seguir su actividad. Cuando los sensores ambientales detectan una caída, el servicio de vigilancia se pone en contacto con la persona a través del altavoz de la casa.



- <https://www.who.int/es/news-room/factsheets/detail/falls> **REFERENCIA**
- <https://www.incmnsz.mx/imagenes/TRIPTICO-CAIDAS.pdf> **BIBLIOGRAFIA**
- <https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/482206/CAIDAS.pdf>
- <https://health.gov/espanol/myhealthfinder/viviendo-sanamente/precauciones-seguridad/reduce-riesgo-sufrir-caidas#:~:text=%C2%BFQu%C3%A9%20factores%20incrementan%20la%20posibilidad,aumentar%20las%20probabilidades%20de%20caerse.>
- <https://medlineplus.gov/spanish/pruebas-de-laboratorio/evaluacion-del-riesgo-de-caidas/>
- <https://www.visimobile.mx/por-que-utilizar-un-dispositivo-portable-wearable-de-vigilancia-medica-con-deteccion-de-caidas/#:~:text=Los%20dispositivos%20de%20detecci%C3%B3n%20de,pulsar%20el%20bot%C3%B3n%20de%20llamada.>