

**Nombre del alumno: Marvin Alejandro Palomeque  
Cornelio**

**Tema: Trípticos.**

**1er. Parcial.**

**Docente: Cecilia de la Cruz Sánchez**

**Materia: Practica clínica de enfermería I.**

**Licenciatura en enfermería.**

**6to Cuatrimestre**



# "Prevención de Caídas en el Hogar: Un Paso hacia la Seguridad"

Las caídas son una de las principales causas de lesiones y hospitalizaciones en adultos mayores y personas con discapacidad.

• En el hogar, existen varios factores de riesgo que pueden aumentar la probabilidad de caídas, como:

- Δ Superficies resbalosas y obstáculos en el suelo
- Δ Iluminación inadecuada
- Δ Muebles y objetos que obstaculizan el paso
- Δ Alfombras y tapetes sueltos
- Δ Problemas de equilibrio y movilidad



## Medidas de prevención:



Mejorar la iluminación en áreas de paso y escaleras.

Eliminar obstáculos y superficies resbalosas

Utilizar alfombras y tapetes antideslizantes.

Instalar barras de apoyo en baños y escaleras

## Consejos y Recursos



### Consejos:

Algunos consejos adicionales para prevenir caídas en el hogar son:

- Utilizar zapatos con suelas antideslizantes
- Evitar subir a sillas o escaleras sin ayuda
- Pedir ayuda cuando se necesite
- Realizar revisiones médicas regulares para detectar problemas de salud que puedan aumentar el riesgo de caídas

### Recursos:

- Organizaciones de apoyo para adultos mayores y personas con discapacidad
- Servicios de cuidado en el hogar
- Programas de ejercicio y rehabilitación

UDS

“

## La Importancia de la prevención.

La prevención de caídas en adultos mayores en el hospital es un esfuerzo conjunto entre el personal de salud, el paciente y la familia. Al tomar medidas preventivas y trabajar juntos, podemos reducir el riesgo de caídas y promover la seguridad y el bienestar del paciente.



UNIVERSIDAD DEL SURESTE.

¡Prevenir caídas, es cuidar el futuro!

Con nuestros adultos mayores, nos toca devolver un poco de lo mucho que nos dieron

## Contacta con nosotros:



932-102-04-92



mpalomequecornelio@gmail.com



Calle Morelos, Esquina Román Ferrer, Pichucalco, Chiapas.



© 2018 Universidad del Sureste. Todos los derechos reservados. | 2018-10-24 10:00:00 AM CEST

Medidas preventivas de riesgos de caída del adulto mayor en el hospital.



"Cada caída es una oportunidad para aprender y fortalecerse, porque la verdadera fuerza no está en no caer, sino en levantarse más fuerte cada vez".

# Identificación de riesgos:

Edad y condición física: Los adultos mayores tienen un mayor riesgo de caídas debido a la disminución de la fuerza muscular, la flexibilidad y el equilibrio.

- Medicamentos: Algunos medicamentos pueden aumentar el riesgo de caídas, como los sedantes y los antihistamínicos.

- Enfermedades crónicas: Condiciones como la diabetes, la hipertensión y la enfermedad de Parkinson pueden aumentar el riesgo de caídas.

- Ambiente hospitalario: El entorno hospitalario puede ser desconocido y estresante, lo que puede aumentar el riesgo de caídas.



# Medidas de prevención:

Evaluación del riesgo: Realizar una evaluación del riesgo de caída al ingreso del paciente y durante su estancia en el hospital.

- Uso de dispositivos de ayuda: Utilizar dispositivos de ayuda como barras de apoyo, alfombras antideslizantes y sillas de ruedas para reducir el riesgo de caídas.

- Iluminación adecuada: Asegurarse de que las áreas de tránsito estén bien iluminadas para reducir el riesgo de caídas.

- Supervisión: Proporcionar supervisión constante a los pacientes que tienen un alto riesgo de caída.

- Educación del paciente y la familia: Educar al paciente y a su familia sobre las medidas preventivas y los riesgos de caída.



# Consejos:



- Pedir ayuda: Pedir ayuda cuando se necesite para realizar actividades como levantarse de la cama o ir al baño.
- - Utilizar dispositivos de ayuda: Utilizar dispositivos de ayuda como barras de apoyo y alfombras antideslizantes para reducir el riesgo de caídas.
- - Mantener el entorno seguro: Mantener el entorno seguro y libre de obstáculos para reducir el riesgo de caídas.
- - Comunicarse con el personal: Comunicarse con el personal de enfermería y médico sobre cualquier preocupación o necesidad.