Nombre de la alumna: Alondra Janeth Pérez Gutiérrez

Nombre del tema: Medidas preventivas de riesgo de caída del adulto intrahospitalaria y en el hogar (Tríptico).

Parcial: 1°

Nombre de la materia: Practica Clínica De Enfermería I

Nombre de la maestra: LIC. Cecilia de la Cruz Sánchez

Nombre de la licenciatura: Enfermería

Cuatrimestre: 6to

Pichucalco Chiapas a 19 de Mayo del 2025

Para reducir el riesgo de caídas en pacientes hospitalizados, es crucial que el personal de enfermería y los pacientes mismos tomen medidas de precaución.

Importancia de la prevención:

Las caídas en el hospital son un evento adverso evitable que puede causar lesiones graves, sufrimiento y prolongar la estancia hospitalaria. Por lo tanto, es fundamental que el personal de enfermería y los pacientes colaboren para prevenir las caídas y garantizar la seguridad del paciente.

¿QUÉ CONSECUENCIAS PUEDE TRAER CONSIGO UNA CAÍDA?

EN EL PACIENTE:

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

PREVENCIÓN

Para prevenir caídas intrahospitalarias, es crucial implementar medidas que consideren tanto el ambiente como el estado del paciente. Esto incluye mantener un entorno seguro, educar a pacientes y familiares sobre el riesgo, y ofrecer apoyo adecuado

- Ambiente seguro
- Iluminación adecuada
- Pisos secos y libres de obstáculos
- Señalización de áreas resbaladizas
- Facilitar el acompañamiento
- Enseñar al paciente a pedir ayuda
- Medias o zapatos antideslizantes
- Informar al paciente y su familia
- Utilizar herramientas de evaluación: Implementar escalas de riesgo de caídas (como la escala de Downton)

MEDIDAS PREVENTIVAS DE RIESGO DE CAIDA DEL ADULTO INTRAHOSPITALRIA

CONCEPTO

Las caídas intrahospitalarias, definidas como la consecuencia de un evento que hace que un individuo se caiga al suelo involuntariamente dentro de un hospital, son un evento adverso que puede causar daño al paciente. Este tipo de caídas pueden tener diversas consecuencias, desde lesiones leves hasta fracturas, traumas craneoencefálicos y, en casos graves, incluso la muerte.

¿QUÉ PUEDE CAUSAR UNA CAÍDA?

Factores del paciente, por ejemplo:

1. Disminución de la visión
2. Alteraciones de la marcha y el equilibrio
3. Debilidad muscular
4. Utilizar calzado inadecuado mientras camina
5. Efectos secundarios de medicamentos
6. Desorientación o confusión mental
7. Incontinencia urinaria o fecal

Factores del entorno hospitalario, por ejemplo:

1. Altura de la cama, ausencia de frenos y barandales
2. Ausencia de timbres
3. Pisos mojados 4. Poca iluminación
5. Tripiés

¿QUÉ PUEDO HACER PARA REDUCIR EL RIESGO DE CAÍDA EN MI PACIENTE?

Conocer la señalización visual en la cabecera de su paciente, con los colores:

RIESGO BAJO

1. Al ingreso, la enfermera le informará sobre la importancia de la prevención de caídas.
2. Recibirá orientación sobre el espacio y ambiente físico de la unidad en la que se encuentre.
3. Se le solicitará zapato antiderrapante cerrado tipo mocasín o sandalia con adecuada sujeción.
4. Se solicitarán los dispositivos de ayuda (bastón, andadera, lentes o audífonos) para que estén al alcance del paciente.
5. Le sugerimos mantener ordenada la habitación, retirando todos los objetos que puedan producir caídas.
6. Si considera que la iluminación no es la adecuada, solicite que la mantengan de acuerdo a sus necesidades.
7. Verifique que la cama esté en posición baja y con el freno puesto.
8. Solicite la asistencia del personal de enfermería para apoyar al paciente.
9. Evite caminar mientras el piso este mojado.
10. Recuerde la importancia de solicitar ayuda.

RIESGO MEDIO

ADEMÁS DE TENER PRESENTES TODAS LAS RECOMENDACIONES ANTERIORES, LE SUGERIMOS QUE:

1. Solicite información acerca de las restricciones para la movilización del paciente.
2. Visite frecuentemente a su paciente, considere que tiene necesidad de estar acompañado.

RIESGO ALTO

1. Permanezca con el paciente las 24 horas a n de disminuir el riesgo de caída.
2. En caso de ser necesario, el personal responsable de la atención del paciente, solicitará a usted firme una Carta de Consentimiento Informado, en la cual autorice la aplicación de medicamentos y medidas de sujeción para mejorar la seguridad del paciente.

LAS CAÍDAS NO PUEDEN EVITARSE, PERO SI SE PUEDE REDUCIR EL RIESGO DE PRESENTARLAS

CONCEPTO

Se refieren a accidentes en los que una persona mayor se desploma involuntariamente al suelo dentro de su casa, lo que puede provocar lesiones y otros problemas de salud.

Acciones a realizar tras una caída:

- Evaluar la situación y la gravedad de la lesión.
- Mantener la calma.
- Llamar a un profesional médico si es necesario.
- Ofrecer apoyo emocional al adulto mayor.

¿POR QUÉ OCURREN LAS CAÍDAS EN EL HOGAR?

- Factores intrínsecos: Cambios en el cuerpo asociados a la edad (pérdida de masa muscular, problemas de equilibrio, visión o audición), enfermedades crónicas y efectos secundarios de medicamentos.

- Factores ambientales: Peligros en el hogar como alfombras resbaladizas, escaleras sin barandales, cables sueltos, mala iluminación y falta de agarraderas en el baño.
- Factores situacionales: Actividades que aumentan el riesgo de caída, como levantarse de la cama o la silla, caminar en áreas poco iluminadas, o distraerse mientras se camina.

CONSECUENCIAS DE LAS CAÍDAS

- Lesiones: Fracturas, contusiones, hematomas, traumatismos craneales.
- Problemas de salud: Miedo a caer, pérdida de confianza en sí mismo, limitación de la movilidad, aislamiento social.
- Mayor dependencia: En algunos casos, las caídas pueden requerir cuidados permanentes en casa o traslado a un centro de atención geriátrica.

PREVENCIÓN Y ATENCIÓN

- Ayuda profesional: Consultar con un especialista para evaluar el riesgo de caídas y obtener recomendaciones.
- Teleasistencia: Considerar la posibilidad de utilizar dispositivos de teleasistencia para obtener ayuda en caso de caída.
- Seguimiento: Realizar un seguimiento de las caídas y buscar la causa para prevenir futuras ocurrencias.

PREVENCIÓN DE LAS CAÍDAS

- Evaluar el riesgo: Identificar los factores de riesgo tanto intrínsecos como ambientales.
- Modificar el entorno: Eliminar peligros, mejorar la iluminación, instalar agarraderas en baños y escaleras.
- Mantener la movilidad: Realizar ejercicios de equilibrio y fuerza, y seguir un programa de rehabilitación si es necesario.
- Revisar la medicación: Consultar con el médico sobre posibles efectos secundarios que puedan aumentar el riesgo de caída.
- Educar a la familia y cuidadores: Compartir información sobre la prevención de caídas y cómo responder a una caída.

MEDIDAS PREVENTIVAS DE RIESGO DE CAIDA DEL ADULTO EN EL HOGAR

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

https://www.inr.gob.mx/iso/Descargas/iso/doc/PRT-DQ-02.pdf

https://manualclinico.hospitaluvrocio.es/procedimientos-generales-de-enfermeria/cuidados-basicos/prevencion-de-caidas-en-pacientes-hospitalizados/

https://www.teknon.es/blog/es/salud-az/10-recomendaciones-evitar-caidas-pacientes-hospitalizados

https://www.incmnsz.mx/imagenes/TRIPTICO-CAIDAS.pdf

https://aeeto.es/images/Procedimientos/Procedimiento_%20Prevencion_Caidas.pdf

https://www.imss.gob.mx/salud-en-linea/caidas

https://www.ready.gov/es/prevencion-de-caidas-en-el-hogar

https://www.msdmanuals.com/es/professional/geriatr%C3%ADa/ca%C3%ADdas-en-las-personas-mayores/ca%C3%ADdas-en-las-personas-mayores

https://visitingangels.com.mx/cuernavaca/cuidado-con-las-caidas-de-personas-mayores-en-el-hogar/

https://www.quironsalud.com/blogs/es/cuidado-mayores/consejos-prevenir-caidas-personas-mayores-recomendaciones p#:~:text=Uso%20de%20medicamentos.,y%20promover%20un%20envejecimiento%20saludable.