

Usted está en Riesgo de Caídas: Ayúdenos a Mantenerlo Seguro

Usted está en riesgo de caídas. Esta hoja explica:

- Lo que nosotros estamos haciendo para reducir su riesgo de caídas
- Lo que usted puede hacer para reducir su riesgo de caídas

¿Por Qué Estoy en Riesgo de Caídas?

Todos los pacientes en el hospital tienen algún riesgo de caídas. Incluso si usted no se siente diferente de lo normal, usted está en riesgo.

Estas son algunas cosas que pueden ponerle en riesgo:

- Caídas recientes
- Edad avanzada
- Problemas de la visión
- Depresión (sentirse muy triste)
- Ansiedad (sentirse muy asustado)
- Adicción (habito fuerte que lo controla)
- Problemas con:
 - La memoria
 - Qué tan bien está pensando
- Qué tan bien está caminando por su cuenta
- Mareos
- Debilidad
- Problemas para defecar y orinar
 - Necesidad de ir al baño muchas veces
 - No poder controlar las ganas de defecar y orinar
- Problemas del estómago
 - Malestar estomacal
 - Vómito
- Algunas medicinas
- No comer por más de 24 horas (1 día)
- Otros problemas de salud, como baja azúcar en la sangre

¿Qué Podría Pasar si Me Caigo?

Si usted se cae, podría:

- Tomarle más tiempo para curarse de sus problemas de salud actuales
- Tomarle más tiempo para volver a sus actividades normales
- Sufrir de una herida mayor (como una fractura en la cadera o sangrado en su cerebro)

¿Qué Puedo Hacer para Mantenerme Seguro?

Pida ayuda cada vez que usted necesite levantarse y espere que llegue la ayuda. Pida ayuda:

- Incluso para actividades mínimas, como para usar la bacinica o ir al baño
- Cuando usted necesite obtener cosas en su habitación, pero no las puede alcanzar desde su cama

El personal quiere ayudarle a mantenerlo seguro. Use el botón para llamar a la enfermera(o) para pedir ayuda y espere que llegue la ayuda antes de levantarse.

¿Qué Cosas en Mi Habitación Pueden Ayudar a Evitar Que Me Caiga?

A medida que aumenta su riesgo de caídas, pondremos cosas en su lugar para mantenerlo seguro. Estas son algunas de las cosas que podría ver en su habitación.

Por favor déjelas en su lugar.

1. Calcetines antideslizantes que ayudan a evitar que se resbale en el piso. Úselos siempre cuando no esté en la cama.



2. Brazaletes amarillos para el brazo y los letreros de caídas son un recordatorio para usted y para el personal del hospital que usted está en riesgo de caídas. Por favor déjese puesto el brazaletes en su brazo para que podamos cuidarlo.



3. Si se le olvida usar el botón para pedir ayuda para levantarse, una alarma de caídas sonará cuando sus pies toquen el piso. Por favor quédese donde está, y alguien vendrá a ayudarle a levantarse en ese momento.



4. Los tapetes de caídas se ponen para hacer el piso más suave. Si usted se cae, el tapete puede reducir sus lesiones. Por favor déjelos en su lugar. Recuerde, si sus pies tocan el tapete, un miembro del personal debe estar ahí para ayudarle.



¿Qué Más Debo Saber?

C	Las caídas causan la muerte con más frecuencia que cualquier otra lesión. Las caídas en el hospital son graves. Las enfermeras evaluarán a menudo su riesgo de caídas mientras usted este aquí.
A	Permita que el personal esté con usted cuando vaya al baño. Esto ayuda a mantenerlo seguro. La mayoría de las caídas ocurren cuando las personas están en el baño
I	Infórmele al personal cuando necesite levantarse de la cama. Es posible que usted no se vea o se sienta enfermo, pero usted todavía puede estar en alto riesgo de caídas.
D	Deje su cama lo más cerca posible del suelo para mayor seguridad.
A	Los barandales de los lados, alarmas de la cama, tapetes de caídas, cinturones de posicionamiento, y otros aparatos de caídas están ahí para su seguridad.

Recuerde

Usted está en riesgo de caídas.

Queremos mantenerlo seguro. Podemos hacerlo mejor si usted colabora con nosotros.

Usted puede ayudar:

- Manteniendo su equipo de seguridad en su lugar (calcetines, brazaletes para el brazo, alarmas, tapetes)
- Llamándonos cuando usted necesite levantarse

Gracias por ayudarnos a mantenerlo seguro.