

# Un Miembro de Su Familia está en Riesgo de Caídas: Ayúdenos a Mantenerla Segura

Un miembro de su familia está en riesgo de caídas. Esta hoja le explica:

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

## ¿Por Qué un Miembro de Mi Familia está en Riesgo de Caídas?

Todos los pacientes en el hospital tienen algún riesgo de caídas. Incluso si su familiar no se ve o se siente diferente, está en riesgo.

Estas son algunas cosas que pueden poner en riesgo a su familiar:

- Caídas recientes
- Edad avanzada
- Problemas de 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 un Miembro de Mi Familia se Cae?

Si un familiar suyo se cae, podría:

- Tomarle más tiempo para curarse de sus problemas de salud actuales
- Tomarle más tiempo para volver a sus actividades normales
- Hacer que necesite más ayuda de usted y de los demás
- Sufrir de una herida mayor (como una cadera rota o sangrado en el cerebro)

## ¿Qué Puedo Hacer para Mantener Segura a Mi Familiar?

Pida ayuda cada vez que su familiar necesite levantarse y espere que llegue la ayuda. No trate de ayudarlo a levantarse por su cuenta. Pida ayuda:

- Incluso para actividades mínimas, como ir a la bacinica o al baño
- Cuando necesite cosas que no puede alcanzar desde su cama

El personal quiere mantener a su familiar segura. Use el botón para llamar a la enfermera(o) para pedir ayuda y espere que llegue la ayuda antes de levantarse.

## ¿Qué Cosas Hay en la Habitación del Hospital Que Pueden Ayudar a Evitar Que un Miembro de Mi Familia se Caiga?

A medida que aumenta el riesgo de caídas de su familiar, pondremos cosas para mantenerla segura. Estas son algunas de las cosas que podría ver en la habitación del hospital. Por favor déjelas en su lugar.

1. Calcetines antideslizantes que ayudan a evitar que se resbale en el piso. Recuérdele a su familiar que siempre los use cuando no esté en la cama.



2. Brazaletes amarillos para el brazo y letreros de caídas son un recordatorio para usted, su familiar, y el personal del hospital que su familiar está en riesgo de caídas. Por favor anime a su familiar que se deje puesto el brazaletes en su brazo para que podamos cuidarla.



3. Las alarmas de caídas notifican a las enfermeras que los pacientes están tratando de levantarse de la cama. Por favor recuerde de usar el botón y pedir que alguien venga a ayudar a su familiar a levantarse. Nos preocupamos por la seguridad de su familiar y estamos aquí para ayudar. Por favor no toque las alarmas.



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?

<b>F</b>	Las caídas causan la muerte con más frecuencia que cualquier otra lesión. Las caídas en el hospital son graves. Las enfermeras evaluarán a menudo el riesgo de su familiar mientras esté en el hospital.
<b>A</b>	Permita que el personal esté con su familiar cuando vaya al baño. Esto ayudará a mantenerla segura. La mayoría de las caídas ocurren cuando las personas están en el baño.
<b>L</b>	Infórmele al personal antes de que su familiar se levante de la cama. Aunque el paciente no se vea o se sienta enferma, puede estar en riesgo de caídas.
<b>L</b>	Deje la cama lo más cerca posible del suelo para mayor seguridad.
<b>S</b>	Los barandales de los lados, alarmas de la cama, tapetes de caídas, cinturones de posicionamiento, y otros aparatos de caídas están ahí para la seguridad de su familiar.

### Recuerde

El miembro de su familia está en riesgo de caídas.

Queremos mantenerla segura. Podemos hacerlo mejor si usted y su familiar trabajan con nosotros.

Usted puede ayudar:

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

**Gracias por ayudarnos a mantener a su familiar segura.**