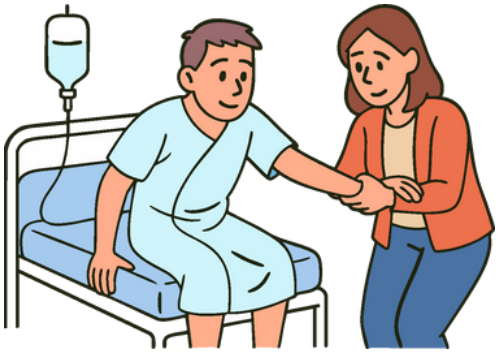
Acompañar con seguridad:
Entre todos evitemos las caídas



Las caídas son situaciones que ocurren con frecuencia durante la hospitalización y, aunque muchas veces parecen accidentes menores, **pueden provocar lesiones graves, prolongar la estadía y dificultar la recuperación**. Como familiar o cuidador, tu apoyo es clave para prevenirlas.

¿Cuáles son los factores de riesgo?

Los factores de riesgo son características o hábitos que aumentan la probabilidad de sufrir una caída.



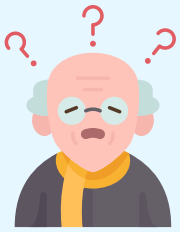
Edad avanzada



Debilidad del cuerpo



Uso de medicamentos que generan sueño o mareos



Confusión o desorientación



Incontinencia urinaria o necesidad urgente de ir al baño



Cambios de posición bruscos



Uso de ropa y zapatos inadecuados

¿Qué hacemos como institución para prevenir caídas?

Aplicamos una escala que evalúa el riesgo de caídas cada 24 horas.

Realizamos medidas preventivas personalizadas según el riesgo de caídas del paciente.

Instalamos una pulsera azul en aquellos pacientes que tienen alto riesgo de caídas.

¿Cómo nos puedes ayudar a prevenir las caídas?

La participación activa tuya como acompañante es clave, por lo que te invitamos a participar en las siguientes medidas:



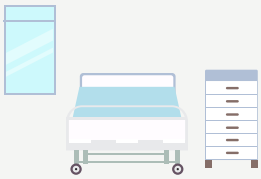
Avisa al personal de salud si observas **cambios bruscos de ánimo, confusión, inestabilidad o sueño excesivo** en el paciente.



Si quieres levantar al paciente, debes avisar al personal de salud previamente, ya que cada persona tiene una indicación específica de movilización.



Solo si el personal de salud lo permite, puedes acompañar al paciente tu familiar al baño, pero **no puedes dejarlo solo y debes ayudarlo a pararse del inodoro**.



El suelo debe estar libre de objetos y no muevas los muebles de la habitación sin consultar.



Asegúrate de traer un calzado cerrado y con suela antideslizante, que sea cómodo para el paciente durante su hospitalización.

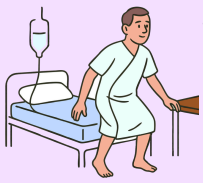


Asegúrate que el **paciente tenga a mano sus artículos personales** (celular, timbre, agua, anteojos, entre otros).

¿Cuándo debes avisar al personal de salud inmediatamente?



Si el paciente ha tenido una caída.



Si el paciente intenta bajarse de la cama o levantarse del sillón con inestabilidad.



Si el paciente camina de forma inestable.

Repasemos lo aprendido

¿Por qué es importante prevenir las caídas?

¿Qué acciones puedes realizar para prevenir las caídas?

¿Cuándo debes avisar al personal de salud inmediatamente?

Siguenos en:

Versión N°2 - Agosto / 2025
Educación Paciente y Familia
Dirección Corporativa de Enfermería