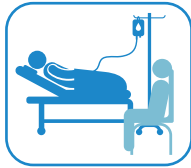


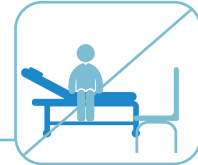
COMO PREVENIR UNA CAIDA

DURANTE EL PROCESO DE ATENCIÓN DOMICILIARIA



Permanezca con acompañante
EN TODO MOMENTO

Si el acompañante se va a ausentar evite deambular solo



Si requiere elementos de soporte para el desplazamiento como bastón, caminador, muletas, verifique que se encuentren en buen estado

Cuando este sentado o acostado verifique que la silla o cama este a la mínima altura



Si cuenta con cama con barandas mantenga estas elevadas mientras esta acostado

No se levante bruscamente, tómese su tiempo sentado antes de levantarse



Si necesita utilizar el baño, solicite ayuda con el personal de salud, familiar o cuidador primario

No utilice elementos que tengan ruedas, para apoyarse



En lo posible, utilice calzado antideslizante.

No deambule con las luces apagadas o en habitaciones oscuras.



Despeje las zonas por donde va a deambular de obstáculos.

Evite suelos húmedos.



Recuerde que una caída puede generar daños al paciente, por favor siga las recomendaciones dadas por el personal asistencial.

LA PREVENCIÓN Y EL CUIDADO ES COMPROMISO DE TODOS.