

HABLEMOS DE DE SEGURIDAD DE PACIENTE EN CASA

Seguridad en el Hogar para Adultos Mayores – Prevención de Accidentes

Recomendaciones prácticas de **ALIVIAMOS**, para garantizar la seguridad de adultos mayores que reciben servicios de enfermería de acompañamiento.

Enfocado en prevenir caídas y otros riesgos durante 2025.



Seguridad General en el Hogar

Eliminar Obstáculos

Retirar alfombras sueltas, cables eléctricos y muebles pequeños que obstruyan el paso.

Iluminación Adecuada

Instalar luces brillantes en todas las áreas, especialmente en pasillos y zonas de tránsito nocturno.

Superficies Antideslizantes

Colocar cintas antideslizantes en escaleras y evitar pisos encerados o resbaladizos.

TIP DE SEGURIDAD:

Tenga siempre a la mano los datos del paciente como nombre completo, documento de identificación, medicamentos que toma, alergias si existen, EPS, Prepagada, teléfono de servicio de urgencias como EMI o EMERMEDICA si el paciente se encuentra afiliado y teléfonos de familiares y/o personas de contacto en caso de una urgencia



Seguridad en el Baño



Barandales de Apoyo

- Instalar agarraderas cerca del inodoro, la ducha y la bañera.



Ducha Manual

- Instalar una ducha de mano para mayor comodidad y seguridad durante el baño.



Suelo Seguro

- Colocar alfombras de goma antideslizantes en el suelo del baño.
- Evitar poner en el piso frascos que obliguen a agacharse

TIP DE SEGURIDAD:

Jamás abandone o descuide al paciente en el baño o en la ducha, y siempre aliste las ropa y cosas que requieran antes del baño

Seguridad en la Cocina.

Organización

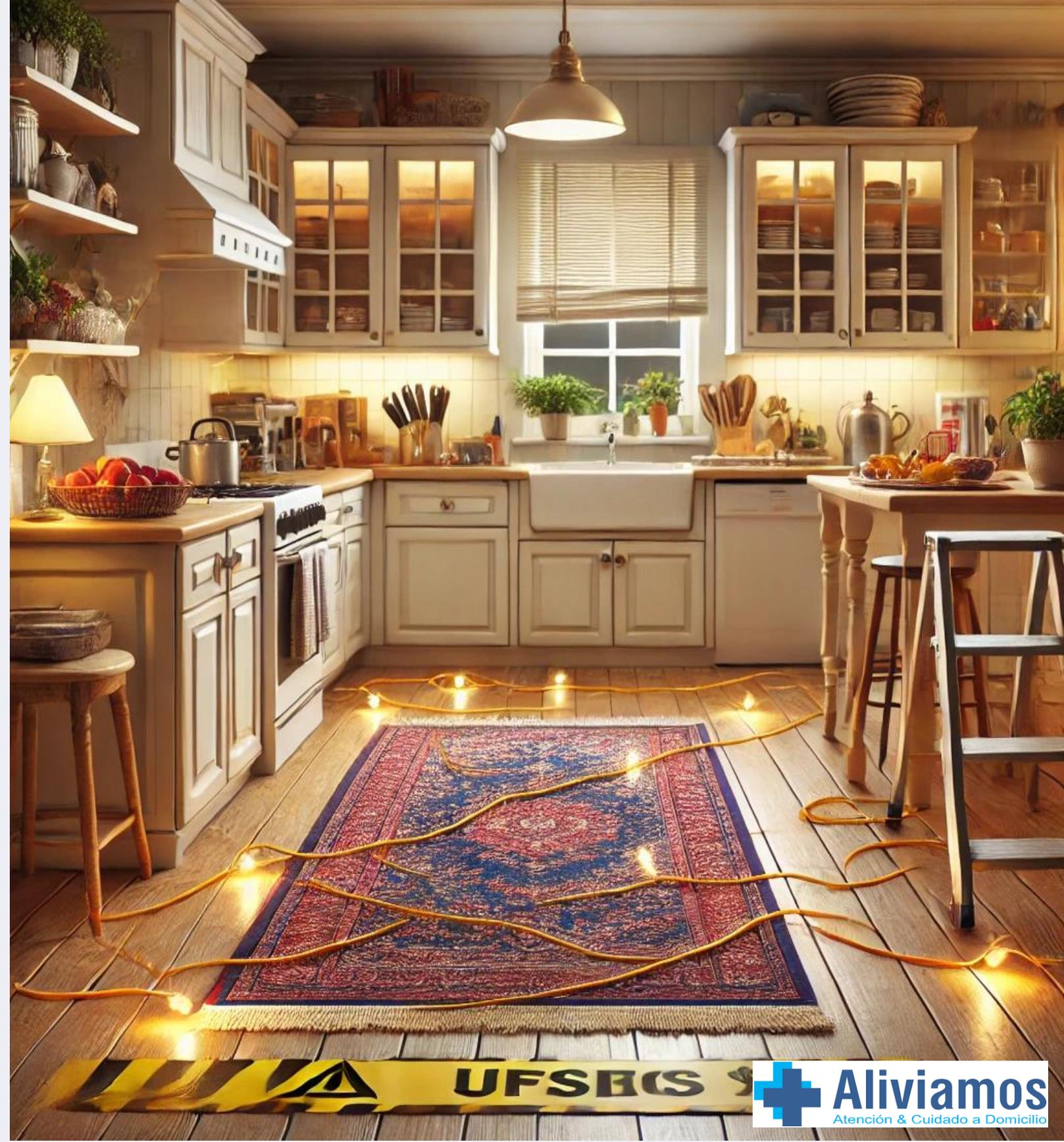
- Mantener utensilios, alimentos y objetos de uso diario a una altura accesible.
- Tener una luz clara y suficiente, que permita ver con claridad

Cocina Segura

- Utilizar estufas con sistemas de apagado automático.
- Asegurar mangos de ollas hacia el interior
- Tener alarma contra incendios en el techo.

Obstáculos

- No utilizar alfombras que puedan enredar y producir caídas.
- Evitar acomodar productos de uso diario en lugares de difícil acceso, muy altos o muy bajos, dejarlos a la mano.



Seguridad en el Dormitorio

Cama Accesible

- Ajustar la altura de la cama para facilitar que el paciente se siente y se levante.
- Tener las pantuflas a la mano para que sean fáciles de poner

Barandas

- Considerar instalar barandas laterales en la cama si existe riesgo de caídas durante el sueño.

Mesa de Noche Organizada

- Asegurar que medicinas se mantengan en sus cajas para que no se confundan o se desordenen.
- El agua y teléfono estén al alcance del paciente.
- Evitar tapetes o alfombras cerca a la cama que puedan producir un riesgo de caída

TIP DE SEGURIDAD:

Una pequeña lámpara de piso o de toma, le permitirá tener una mejor visibilidad en caso de que el paciente se levante en la noche





Equipos de Movilidad y Supervisión

1

Revisión Periódica

Verificar regularmente que los caminadores, bastones y sillas de ruedas estén en buen estado.

2

Capacitación del Personal

Entrenar a las enfermeras en protocolos de movilización segura y prevención de caídas.

3

Monitoreo Constante

Establecer horarios regulares para supervisar y asistir al paciente en actividades de alto riesgo.

Tecnología para la Seguridad

Botones de Emergencia

- 1 Proporcionar al paciente un dispositivo de alerta para emergencias.

Sensores de Movimiento

- 2 Colocar sensores en áreas críticas para alertar al cuidador en caso de movimientos inesperados.

Cámaras de Monitoreo

- 3 Considerar cámaras en áreas comunes para permitir una supervisión remota si es necesario.



Adaptación al cambio y Educación

Educación

Involucrar al paciente y su familia en la identificación de riesgos.

1

Ropa Adecuada

Proporcionar calzado antideslizante, preferiblemente sin cordones y ropa cómoda.

2

Revisión Continua

Mantener una evaluación constante del entorno y las medidas de seguridad, e ir adaptando las mismas a todos los cambios que el paciente pueda tener.

3

Un hogar seguro depende de adecuaciones físicas, uso de dispositivos de apoyo, supervisión constante e implementación de tecnología.