



INSTITUTO NACIONAL DE  
CIENCIAS MÉDICAS  
Y NUTRICIÓN  
SALVADOR ZUBIRÁN

## Comité de Calidad y Seguridad del Paciente (COCASEP)

### PROGRAMA INSTITUCIONAL PARA LA PREVENCIÓN DE CAÍDAS EN EL PACIENTE HOSPITALIZADO



### PREVENCIÓN DE RIESGO DE CAÍDAS

Las caídas son uno de los riesgos que tienen los pacientes durante su estancia hospitalaria. Al presentarse, podrían afectar la calidad de vida de las personas y provocar un aumento en la dependencia y necesidad de ayuda. En el Instituto, estamos trabajando para mejorar la calidad en la atención y seguridad de nuestros pacientes; por ello, es necesario que usted conozca las medidas en las que puede contribuir para **reducir el riesgo de caídas**.

#### ¿QUÉ ES UNA CAÍDA?

Caída se define como la consecuencia de un evento que lanza a la persona, al piso contra su voluntad. Esta suele ser repentina e insospechada.

#### ¿QUÉ PUEDE CAUSAR UNA CAÍDA?

*Factores del paciente, por ejemplo:*

1. Disminución de la visión
2. Alteraciones de la marcha y el equilibrio
3. Debilidad muscular
4. Utilizar calzado inadecuado mientras camina
5. Efectos secundarios de medicamentos
6. Desorientación o confusión mental
7. Incontinencia urinaria o fecal

*Factores del entorno hospitalario, por ejemplo:*

1. Altura de la cama, ausencia de frenos y barandales
2. Ausencia de timbres
3. Pisos mojados
4. Poca iluminación
5. Tripiés
6. Habitación desordenada
7. Ausencia de familiar o cuidador, entre otras

#### ¿QUÉ CONSECUENCIAS PUEDE TRAER CONSIGO UNA CAÍDA?

**EN EL PACIENTE:**

1. Heridas y lesiones en distintas partes del cuerpo.
2. Fracturas y/o discapacidad
3. Miedo de volverse a caer, limitándolo físicamente y produciendo otras complicaciones por la inmovilidad.
4. Daño psicológico y/o depresión
5. Agravamiento de su enfermedad por la cual llegó al hospital
6. Mayor tiempo de estancia hospitalaria

**EN LA FAMILIA:**

1. Mayor gasto económico
2. Mayor tiempo de acompañamiento
3. Desgaste del cuidador
4. Alteraciones del estado de ánimo
5. Requerimiento de mayores cuidados al egreso del paciente

## ¿QUÉ PUEDO HACER PARA REDUCIR EL RIESGO DE CAÍDA EN MI PACIENTE?

Conocer la señalización visual en la cabecera de su paciente, con los colores:



Verde  
(Riesgo bajo)



Amarillo  
(Riesgo medio)



Rojo  
(Riesgo alto)

Las medidas a tomar por parte de usted como paciente, familiar o cuidador para reducir el riesgo de caída dependerán del color asignado.

### RIESGO BAJO

1. Al ingreso, la enfermera le informará sobre la importancia de la prevención de caídas.
2. Recibirá orientación sobre el espacio y ambiente físico de la unidad en la que se encuentre.

3. Se le solicitará zapato antiderrapante cerrado tipo mocasín o sandalia con adecuada sujeción.
4. Se solicitarán los dispositivos de ayuda (bastón, andadera, lentes o audífonos) para que estén al alcance del paciente.
5. Le sugerimos mantener ordenada la habitación, retirando todos los objetos que puedan producir caídas.
6. Si considera que la iluminación no es la adecuada, solicite que la mantengan de acuerdo a sus necesidades.
7. Verifique que la cama esté en posición baja y con el freno puesto.
8. Solicite la asistencia del personal de enfermería para apoyar al paciente.
9. Evite caminar mientras el piso este mojado.
10. Recuerde la importancia de solicitar ayuda.

### RIESGO MEDIO

*ADEMÁS DE TENER PRESENTES TODAS LAS RECOMENDACIONES ANTERIORES, LE SUGERIMOS QUE:*

1. Solicite información acerca de las restricciones para la movilización del paciente.
2. Visite frecuentemente a su paciente, considere que tiene necesidad de estar acompañado.

3. Si es necesario poner de pie al paciente, manténgalo sentado unos minutos en la cama antes de levantarlo.
4. Mantenga los barandales en alto, mientras el paciente se encuentre en cama.
5. Apoye al paciente para asistir al sanitario o bien ofrézcale el orinal o cómodo con frecuencia.
6. Acompañe al paciente al momento de bañarse o al trasladarse dentro y fuera de su unidad.

### RIESGO ALTO

*ADEMÁS DE TENER PRESENTES TODAS LAS RECOMENDACIONES ANTERIORES, LE SUGERIMOS QUE:*

1. Permanezca con el paciente las 24 horas a fin de disminuir el riesgo de caída.
2. En caso de ser necesario, el personal responsable de la atención del paciente, solicitará a usted firme una Carta de Consentimiento Informado, en la cual autorice la aplicación de medicamentos y medidas de sujeción para mejorar la seguridad del paciente.

***LAS CAÍDAS NO PUEDEN EVITARSE, PERO SI SE PUEDE REDUCIR EL RIESGO DE PRESENTARLAS***