



PARA SU SEGURIDAD AL MOVERSE [FOR YOUR SAFE MOBILITY]

Levantarse y moverse alrededor son importantes para su salud. Al sentirse débil, tomando ciertos medicamentos y estando en un lugar nuevo lo más probable es que tenga propensión para caerse. Junto con su familia y los Auxiliares de Ayuda, podemos ayudarle a moverse con seguridad.

LE SUGERIMOS QUE:

- Pida información acerca de nuestro Programa para la Prevención de Caídas.
- Siga nuestras instrucciones para acostarse o levantarse de la cama o silla, para caminar e ir al baño.
- Tenga a la mano los artículos que utiliza con más frecuencia.
- Díganos si necesita ayuda para poder llegar y usar el baño.
- Siéntese por un minuto antes de ponerse de pie.
- Pida ayuda para ponerse de pie si se siente débil o mareada.
- Use dispositivos de ayuda para ponerse de pie y o para caminar si los necesita.
- No utilice mesas con ruedas, postes de suero intravenoso u otro mueble para apoyarse.
- Use sus lentes y aparatos para sordos.
- Use zapatos de tacón bajo, anti-resbalantes o zapatillas cuando se esté moviendo.
- Díganos si observa algo peligroso como líquido derramado, cosas amontonadas o caminos desnivelados.

LE HAREMOS PREGUNTAS O LE OBSERVAREMOS PARA IDENTIFICAR SU RIESGO DE CAERSE Y ENTONCES PODEMOS:

- Pedirle que use un brazalete amarillo para advertirles a todos los responsables de su atención médica para que le ayuden a moverse.
- Ofrecer ayudarle a entrar o salir de la cama, silla o coche.
- Usar equipo especial para moverle con seguridad.
- Recomendar terapia física u ocupacional.
- Usar una alarma para la silla o la mesa de tal manera que podamos responder más rápidamente a sus movimientos.
- Pedirle a su médico o farmacéutico que hable con usted acerca de los medicamentos que está tomando que puedan hacer que se sienta con sueño y aumenten su riesgo de una caída.
- Le agradecemos ser nuestro socio para la seguridad del paciente. Díganos en caso de tener alguna duda o preocupación.