

## Comuníquese con nosotros

### Preguntas o molestias urgentes

Telehealth Nursing  
651-229-3890

### Otras preguntas acerca de su cuidado

Pacientes de St. Paul Clinic:  
Línea directa Nurse Call  
651-578-5000

Pacientes de otros sitios:  
deben comunicarse con su  
equipo de atención médica  
de Gillette.

### Citas

651-290-8707

**Cuando usted esté en  
el hospital, puede ser  
que usted no pueda  
movilizarse como  
normalmente lo hacía.**

### Libros, DVD, etc.

Encuentre materiales acerca de  
las discapacidades, las afecciones  
médicas y de apoyo para los  
encargados del cuidado.

### Recursos de salud y educación

Campus de St. Paul, cerca de  
skyway en el cuarto piso

651-229-3938

hre@gillettechildrens.com

# Previendo caídas durante su estadía

## Preventing Falls During Your Stay | Spanish

*Educación del paciente*  
SRI045-SP

Algunos pacientes tienen un mayor riesgo de caerse que otros. Los que podrían ser más propensos a caídas incluyen:

- Pacientes con una nueva lesión o condición
- Infantes y niños
- Pacientes que tienen convulsiones
- Pacientes que tienen historial de caídas

Mientras que esté el hospital, su condición tal vez cause dificultad para moverse y aumente el riesgo de caídas. Su enfermera y su médico le explicaran sus limitaciones de actividad.

Aquí están algunas cosas que usted y su familia pueden hacer para ayudar a prevenir caídas durante su estadía en el hospital:

### Cuando usted esté en la cama:

- Mantenga la cama en la posición mas baja cuando esté solo.
- Mantenga arriba las barandas laterales de la cama o cuna todo el tiempo.
- Asegúrese de que pueda alcanzar fácilmente el botón de llamada.
- Tenga mucho cuidado cuando esté conectado a tubos, líneas u otros cordones.
- Pida que una enfermera le ayude a bajarse de la cama, a menos que se le indique lo contrario.

### Cuando usted esté activo:

- Cuando esté parado o caminado, use zapatos o calcetines con una superficie antideslizante o bota para el yeso, si es apropiado.
- Tenga mucho cuidado cuando use un bastón, muletas, andador o silla de ruedas.
- Cuando esté en la cama de examen o esté siendo transferido, use las barandas laterales.
- Tenga mucho cuidado después de haber tenido un procedimiento que puede hacerlo sentir mareado o requiere medicamento o sedación.
- Asegúrese de que no haya cosas tiradas en el piso.

### Cuando usted esté en la cama:

Durante su estadía en el hospital, tal vez su enfermera le hará una evaluación de riesgo de caídas para poder identificar maneras de mantenerlo seguro y prevenir caídas durante su estadía. Si usted es identificado con un alto riesgo de caídas, tal vez le den estas precauciones adicionales durante su estadía en el hospital:

- Mayor supervisión
- Una alarma de cama
- Una cama cerrada
- Un cinturón de seguridad en la silla de ruedas que se abroche al reverso.

Por favor, hable con su enfermera o doctor a cerca de sus preguntas o preocupaciones en cuanto a su riesgo de caídas.