

# PROGRAMA DE PREVENCIÓN DE CAÍDAS

PACIENTES DE PEDIATRÍA  
NIÑOS DE 1 A 4 AÑOS



## SUS PRIMEROS PASOS Y LOS CUIDADOS MÁS IMPORTANTES

Los niños entre 1 y 4 años son curiosos, movedizos, impulsivos y vitales. Los chicos aprenden mucho más de lo que ven que de lo que escuchan. Por este motivo, es esencial que los adultos eduquen con el ejemplo si quieren que sus niños entiendan cómo cuidarse. La mirada de los mayores debe anticiparse a las lesiones, cuidando el espacio y poniendo fuera del alcance de los chicos objetivos peligrosos.

### CONSEJOS DURANTE LA INTERNACIÓN

- Las barandas de la cuna SIEMPRE deben permanecer elevadas de ambos lados, aún en presencia de los padres.
- Si tu bebé está en incubadora, controlar que las puertas SIEMPRE queden cerradas.
- Antes de alimentar o cambiar a tu bebé, es importante reunir todo el material necesario.
- Si tu hijo se encuentra conectado a equipos, solicitar ayuda para tomarlo en brazos.
- Avisar al personal de salud al momento de retirarse de la sala, para que el niño no quede sin supervisión. Debe permanecer acompañado las 24 hs., a excepción de casos particulares, que le serán informados.
- Acompañar a tu hijo al baño.
- Cuando levantes a tu hijo asegurarse de utilizar calzado con suela de goma.
- Camina con tu hijo tomado de las manos y evita que corra por los pasillos.

### EN CASO DE TRASLADO

- Pacientes de Neonatología: en incubadora o cuna
- Pacientes pediátricos: en camilla con baranda o silla de ruedas
- En ambos casos deben estar acompañados siempre por el personal sanitario.
- Si es necesario hacer el traslado en brazos de uno de los padres, tanto el bebe como el mayor tienen que ser movilizados en silla de ruedas.



### ¿CÓMO PODEMOS PREVENIR ACCIDENTES EN EL HOGAR? UN ACCIDENTE NO ES UNA FATALIDAD. ES UNA FALTA DE PREVENCIÓN

Es importante tener en cuenta que los niños tienen más probabilidades de sufrir lesiones involuntarias que de padecer cualquier otra enfermedad grave. Estas lesiones pueden evitarse, por eso es muy importante saber cómo prevenirlas y proteger a tu hijo.



## EN EL AGUA

No dejar al niño sólo en la bañera, aunque tenga poca agua y sea por pocos minutos.

Las piletas de natación deben tener cerco y permanecer con la puerta cerrada SIEMPRE. Vaciar las piletas de plástico o depósitos de agua que no se usen.

La mirada atenta, cercana y permanente del adulto es fundamental para evitar que sufran lesiones en el agua.



## LOS NIÑOS SON IMITADORES

Los niños pequeños copian y adoptan conductas que observan del entorno y sobretodo de los padres, ya que son una gran influencia para ellos.

Por eso se recomienda no tomar remedios delante de los hijos. Si sospechas que tomó un medicamento o tóxico, sugerimos que llames inmediatamente al centro de toxicología de tu zona (el número debe estar en un lugar visible) y lo lleves a la Guardia. Es importante no hacerlo vomitar.



## AL SALIR DE CASA

En la vereda tener en cuenta que en un instante el niño se puede soltar y cruzar corriendo la calle. Cuidado con las salidas de garages.

Es muy peligroso transportarlos en bicicletas y motos, aún con casco. Recomendamos NO HACERLO.

En automóviles, siempre transportarlo en sillitas de seguridad adecuada a su peso y en el asiento trasero. Las sillitas deben utilizarse en TODOS los viajes: colocar mirando hacia adelante y fijar al asiento del automóvil.

En transporte público cuidar que los niños estén bien sujetos y a salvo de maniobras y frenadas bruscas.



## ¿CÓMO CUIDARLO DE ELEMENTOS CALIENTES?

En la cocina usar las hornallas de atrás, y no dejar mangos de sartenes u ollas cerca del borde.

No dejar el mate, la pava o el termo a su alcance.

Protegerlos del contacto con el horno, estufas y calefactores.

Si el niño se quema, colocar el sitio quemado bajo el agua fría; no aplicar cremas ni otras sustancias. Cubrir con una venda o trapo limpio y seco. Concurrir a la Guardia del Hospital.



## LOS NIÑOS SON EXPLORADORES...

Para prevenir caídas, cerrar las escaleras con puertitas.

No colocar muebles cerca de ventanas y balcones porque pueden treparse.

En el patio, tapar pozos y evitar desniveles.

No dejar a su alcance ningún medicamento, producto de limpieza o veneno.

Vigilar que en la mesa de luz no haya objetos peligrosos, ni medicamentos. En la casa de los abuelos tomar las mismas precauciones.

## ROLES Y RESPONSABILIDADES DEL CUIDADOR PRINCIPAL

Según La OMS, el cuidador primario es la persona del entorno del enfermo que asume voluntariamente el papel de responsable en un sentido amplio, y está dispuesto a tomar decisiones por el paciente y para el paciente, y a cubrir sus necesidades básicas de manera directa o indirecta.

### TAREAS DEL CUIDADOR RESPONSABLE

1. Obtener información completa sobre la situación del paciente.
2. Conocer cómo conducirse o qué hacer frente a situaciones imprevistas.
3. Saber organizarse.
4. Solicitar ayuda a otras personas cuando lo necesite.
5. Informar las novedades del paciente, en relación a sus cuidados, a otras personas que realicen el acompañamiento al enfermo.

### TAREAS RELACIONADAS A PREVENCIÓN DE CAÍDAS

1. Receptar información del riesgo de caídas y las acciones de prevención:
  - Siempre colocar barandas altas en la cuna
  - Deambulación indicada por médico tratante y supervisada por el profesional que corresponda
  - Timbre de enfermería accesible al paciente
  - Calzado adecuado para la deambulación
  - Luz nocturna encendida
  - Ante la necesidad de eliminación en sanitario solicitar ayuda, no hacerlo solo
  - Acompañamiento permanente en caso de necesitarlo
2. Motivar al paciente a cumplir con las recomendaciones brindadas.
3. Informar a otras personas que realicen acompañamiento al paciente las acciones de prevención.
4. Indicar al enfermero el momento en que el paciente permanece solo en la habitación.