

Nombre del niño: \_\_\_\_\_ Fecha: \_\_\_\_\_

# Prevención de caídas en el hogar

Todos los niños se caen. Algunos se caen más que otros, porque su enfermedad o los medicamentos que toman hacen que les resulte difícil moverse, mantener el equilibrio o ver. Algunos niños se caen cuando tienen una convulsión. Algunos niños se caen porque toman medicamentos que les causan mareos.

Usted puede hacer muchas cosas para prevenir las caídas de su niño en el hogar. Aquí tiene algunos consejos:

- Tenga su casa bien iluminada, así su niño podrá ver los suelos y los muebles.
- Mantenga los pasillos y vías de paso libres. Al pisar papel o juguetes pequeños el niño puede resbalar y caer.
- Los suelos no deben ser resbaladizos. Los suelos mojados, en especial los de baldosas, pueden causar una caída. Si hay demasiada cera, esto también puede hacer que el suelo sea resbaladizo.
- No use alfombras pequeñas. Si lo hace, asegúrese de que tengan goma en la parte de abajo para impedir que se deslicen.
- Su niño siempre debe usar zapatos, o calcetines con bandas en la planta, para no resbalar.



**¡Esto es peligroso!  
Mantenga las cosas  
que el niño usa  
dentro de su alcance.**

- Mantenga las cosas que el niño usa dentro de su alcance. Esto evita que el niño se suba a los muebles o sillas para alcanzarlos.
- Ponga puertas de seguridad en la parte inferior y superior de las escaleras. Ayude siempre a su niño a usar las escaleras de manera segura.
- La cama de su niño debe ser baja (con el colchón cerca del suelo).
- Puede poner barandillas laterales en la cama de su niño, si fuera necesario.
- Dé a su niño el tiempo suficiente para que se mueva a una velocidad segura. El apuro puede causar caídas.
- Pregunte si el medicamento que su niño toma aumenta el riesgo de caídas. Algunos medicamentos hacen que resulte más difícil mantener el equilibrio o pensar.
- Si su niño necesita usar un bastón, andador o muletas, éstas ayudas deberían facilitarle los movimientos. Si su niño tiene dificultad para usarlos, consulte con su médico. Su niño podría necesitar aprender a usarlos o tal vez necesite algo diferente.
- Ayude a su niño a cuidarse solo de manera segura. Ponga barras o agarraderas alrededor de la tina o bañera, la ducha o el inodoro.
- Inspeccione su casa para ver si hay objetos que podrían ser peligrosos. ¿Qué podría hacer que su niño se caiga? Cambie estos objetos para que sean más seguros. Por ejemplo, si una alfombrilla siempre se desliza cuando usted la pisa, deje de usarla.
- Se pueden prevenir muchas caídas si usted u otro adulto vigila a su niño en todo momento.

## Ahora que ha leído esto:

- Explíquelo a su enfermero o médico lo que usted hará para evitar que su niño sufra caídas. (Marque el cuadrado cuando lo haya hecho.)



Si tiene alguna pregunta o inquietud,

- Llame al doctor de su niño o
- Llame al \_\_\_\_\_

Si usted desea saber más acerca de la salud o enfermedad de su niño, visite nuestra biblioteca en The Emily Center en el Phoenix Children's Hospital  
1919 East Thomas Road  
Phoenix, AZ 85016-7710  
602-546-1400  
866-933-6459  
[www.phoenixchildrens.com](http://www.phoenixchildrens.com)

**Negación**

La información provista en este sitio tiene la intención de ser información general, y se proporciona solamente para los propósitos educativos. No tiene la intención de tomar el lugar del examen, tratamiento, o consulta con un médico. Phoenix Children's Hospital le pide que se comunique con su médico si tiene alguna pregunta sobre una condición médica.

Friday, February 1, 2008 • Versión en BORRADOR para evaluación familiar  
No. 941/924s • Escrito por Rebecca Kerby, RN • Ilustrado por Dennis Swain



## The Emily Center

### Prevencción de caídas en el hogar Prevent Falls at Home

Child Care/Health Promotion  
If you would like a copy of this in English,  
please ask your nurse or doctor.

Name of Health Care Provider: \_\_\_\_\_ Number: 941/92  
For office use: Date returned: \_\_\_\_\_  db  nb

## Evaluación del folleto por parte de la familia

Proveedores de cuidado de salud: Por favor, usen este folleto para enseñarles a las familias.  
A la familia: Por favor, dígnanos su opinión sobre este folleto.

¿Le parece que este folleto es difícil de leer?  Sí  No

¿O que es fácil de leer?  Sí  No

Por favor, marque con un círculo las partes  
del folleto que le resultaron difíciles de entender.

¿Le parece que este folleto es interesante?  
¿Por qué? o ¿por qué no?  Sí  No

Después de haber leído este folleto,  
¿hay algo que usted haría de manera diferente?  Sí  No

Si respondió que sí, ¿qué es lo que haría de manera diferente?

Después de haber leído este folleto,  
¿tiene alguna pregunta sobre el tema?

Sí  No

Si respondió que sí, ¿qué pregunta(s) tiene?

Después de haber leído este folleto,  
¿tiene alguna pregunta sobre el tema?  
Si respondió que sí, ¿qué pregunta(s) tiene?

Sí  No

¿Hay algo que no le guste de las ilustraciones?

Sí  No

Si respondió que sí, ¿qué es lo que no le gusta?

¿Cómo cambiaría este folleto para mejorarlo o para que sea más fácil de entender?

Por favor, devuelva su evaluación de este folleto a su enfermero o médico o envíela a la siguiente dirección.

**¡Gracias por ayudarnos!**

Nurse: Please send your response to:

Fran London, MS, RN  
Health Education Specialist  
The Emily Center  
Phoenix Children's Hospital  
1919 East Thomas Road  
Phoenix, AZ 85016

602-546-1395

flondon@phoenixchildrens.com