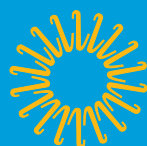


# Trabajamos unidos para **MANTENERLO** **SEGURO** de daños



**USTED puede ayudar** al permitirnos  
brindar atención con **CUIDADO**  
(Compasión, Responsabilidad, Respeto y Excelencia)



**The Miriam Hospital**  
*Lifespan. Delivering health with care.®*



## PARA MANTENERLO SEGURO: Prevención de caídas

### Prevención de caídas:



- ¡Estamos para servirle! POR FAVOR use su **LUZ DE LLAMADA** para pedir ayuda para levantarse de la cama, ir al cuarto de baño, o si no puede alcanzar sus pertenencias.



- Dado que está en un ambiente con el que no está familiarizado, y probablemente ha recibido medicamentos que afectan su funcionamiento, colocamos una **ALARMA** en su cama. La alarma sonará si se levanta sin ayuda. Así sabremos que está en movimiento y podremos acudir a ayudarle.



- Todo el personal de The Miriam Hospital tiene la responsabilidad de responder a sus necesidades. Respetamos una "**Zona de No Pasar**" en la que todo el personal, sin importar cuál sea su función, debe responder a su luz de llamada si la ven al pasar.



- Su enfermero o asistente de enfermería lo visitará con frecuencia. Debe preguntarle sobre su comodidad, dolor, necesidades personales, pertenencias personales, y revisar su habitación para detectar peligros de seguridad.
- Si bien su privacidad es prioritaria, el personal debe permanecer con usted mientras usa el sanitario si su evaluación de enfermería identifica que existe un riesgo de caídas. Nos quedaremos con usted mientras usa el sanitario.
- Es de extrema importancia que se levante de la cama y camine varias veces al día. Mientras más se **MUEVA**, más probable es que se vaya a **CASA**.



**Usted puede ayudar** al permitirnos brindarle salud con **CUIDADO**.



## PARA MANTENERLO SEGURO: Prevención de la inmovilidad

### Prevención de la inmovilidad:

- Evite perder su condición física mientras está en el hospital al levantarse de la cama con frecuencia.
  - Para usar el baño
  - Para cepillarse los dientes
  - Para vestirse
  - Para comer sus comidas
- Todos los miembros del personal son responsables de ayudarlo a moverse todos los días.
  - Avísele a un miembro de su equipo de atención antes de levantarse de la cama
  - Es de extrema importancia que se levante de la cama y camine varias veces al día.
  - Moverse con frecuencia le ayudará a conservar su capacidad para desempeñar las actividades que normalmente hace en casa.
  - Su enfermero le ayudará a establecer un "objetivo de movilidad del día".
    - **Es importante aumentar la frecuencia y distancia que camina todos los días.**

### ¿Sabía que...?

- Por cada día que pase en cama se pierde del 1 al 5 % de su masa muscular, dependiendo de su edad.
- Por cada día que pase en el hospital, tardará 1 semana en recuperar su nivel normal de actividad.
- El ejercicio y el movimiento son partes importantes de su recuperación.

**Mientras más se MUEVA, más probable es que se vaya a CASA.**



**Usted puede ayudar** al permitirnos  
brindarle salud con **CUIDADO.**



## PARA MANTENERLO SEGURO: Prevención de las lesiones por presión

Durante su estancia en el hospital, su equipo de atención médica identificó que usted puede estar en riesgo de sufrir una lesión por presión.

### ¿Qué es una lesión por presión?



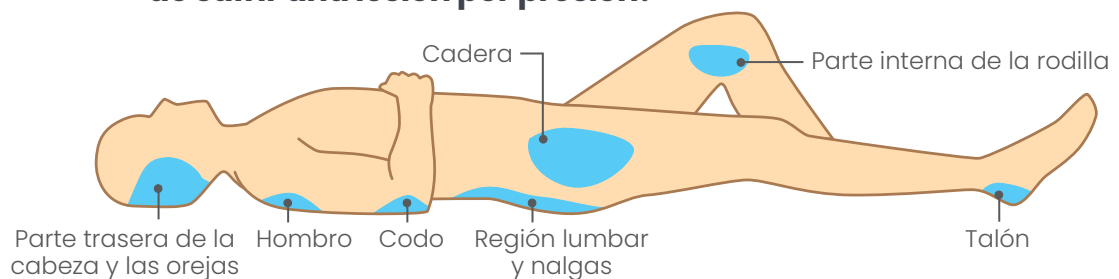
- Es una herida que se forma en su piel cuando se sienta o acuesta en una posición durante demasiado tiempo y se bloquea el suministro de sangre.
- Cualquier persona, a cualquier edad, puede estar en riesgo.

### Las causas potenciales incluyen:



- Orina o heces que se quedan en su piel
- Movimiento mínimo en el sillón o la cama
- Dolor e inmovilidad
- Mala dieta

### ¿Qué áreas de su cuerpo están en más riesgo de sufrir una lesión por presión?



### Ejemplos de lesiones por presión que está en riesgo de sufrir:



Lesión por presión de la nalga



Lesión por presión del tejido profundo del talón



Lesión por presión de la nalga



## PARA MANTENERLO SEGURO: Prevención de las lesiones por presión

### ¿Qué puedo hacer para prevenir las lesiones por presión?



- Cambie la distribución de su peso con frecuencia.
- Consuma comidas pequeñas y frecuentes.
- Use productos para aliviar la presión (almohadas, cojines, elevadores de talón).
- Levántese de la cama: siéntese en un sillón, trate de caminar varias veces al día.
- Ayude a su equipo de atención a cambiarlo de posición cada dos horas.
- Pida ayuda cuando la necesite para usar el baño.
- Avísele a su equipo de atención si siente dolor por estar sentado o acostado en la misma posición.

### Su equipo de atención en The Miriam Hospital está concentrado en mantenerlo seguro y evitar las lesiones por presión, ¡y necesitamos su ayuda y la de su familia!



- ¡Trabajemos juntos para mantenerlo seguro!
- ¿Tiene alguna pregunta?
- ¿Podría explicarme lo que acabamos de repasar?
- Le avisaré al equipo de atención que repasé esta información con usted.



**Usted puede ayudar** al permitirnos brindarle salud con **CUIDADO**.



## PARA MANTENERLO SEGURO: Prevención de infecciones del torrente sanguíneo asociadas con la vía central

### Si tiene una vía central o un catéter de diálisis:



- Lávese las manos con frecuencia; use Purell, agua y jabón, o las toallitas que se le proporcionaron.
- No toque el tubo de catéter, ni lo jale.
- El objetivo de su equipo de atención es retirarlo lo antes posible.
- No manipule su apósito.
- Lo lavarán con una toallita especial para reducir el riesgo de infección.
- Se usarán tapas de color azul claro para proteger las vías intravenosas.
- Todas estas intervenciones lo protegerán contra una infección sanguínea por la vía central, que puede provocar septicemia y la muerte.

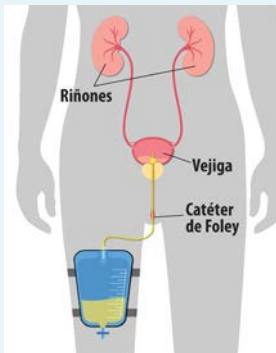


**Usted puede ayudar** al permitirnos brindarle salud con **CUIDADO**.



## PARA MANTENERLO SEGURO: Prevención de infecciones de las vías urinarias asociadas con el catéter (CAUTI)

Si necesita un tubo en su vejiga para drenar la orina, llamado catéter de Foley, asegúrese de seguir estas instrucciones:



- El objetivo de su equipo de atención es retirar el catéter lo antes posible.
- Lo lavarán todos los días con una toallita antimicrobiana especial para reducir las infecciones.
- Le brindarán atención a su catéter por lo menos dos veces al día para ayudar a disminuir las posibles infecciones.
- Lávese las manos con frecuencia; use Purell, agua y jabón, o las toallitas que se le proporcionaron.
- No toque el tubo del catéter.
- Mantenga la bolsa de drenaje por debajo de su vientre.
- El clip verde se usa para evitar los jalones, que pueden causar traumatismo.

Recuerde que hay alternativas al uso de un catéter urinario permanente:

- Catéter masculino externo
- *PureWick™*, un catéter femenino externo



**Usted puede ayudar** al permitirnos  
brindarle salud con **CUIDADO.**



## PARA MANTENERLO SEGURO: Prevención de infecciones

### Baños con CHG:

- Durante su estancia lo bañaremos con toallitas con un antiséptico especial (CHG) que elimina los gérmenes y previene las infecciones mejor que el agua y el jabón.
- La fórmula que no necesita enjuagarse permanece sobre la piel, brindando protección contra los gérmenes durante 24 horas, a menos que se lave con agua y jabón.
- Es importante dejar que el CHG se seque al aire después de bañarse. Al principio puede sentirse pegajoso, pero esa sensación desaparecerá en unos minutos.



### Cuidado bucal y neumonía por aspiración:

**La mala higiene bucal se ha vinculado a numerosos trastornos médicos, entre ellos enfermedades cardiovasculares, cáncer, complicaciones del embarazo y neumonía (incluyendo la neumonía por aspiración).**

- La neumonía por aspiración ocurre cuando las bacterias bucales se mezclan con saliva, alimentos o líquidos que se **aspiran** (es decir, que ingresan a su tráquea en vez de su esófago) en una persona con problemas médicos, provocando una infección pulmonar.
- La dependencia en otros para el cuidado bucal y la cantidad de dientes con caries son 2 de los principales factores para predecir la neumonía por aspiración.

**Se ha demostrado que la limpieza vigorosa con cepillo de dientes y pasta dental es la manera más efectiva de reducir las bacterias bucales.**

- Cepille los dientes, la lengua y toda la boca (¡incluso en pacientes que no tienen dientes!
- Enjuague con agua.
- Use un cepillo de dientes de succión en los pacientes que no pueden tomar nada por vía oral o que no pueden escupir.
- Realice el cuidado bucal 3 veces al día en pacientes de alto riesgo.



**Usted puede ayudar** al permitirnos  
brindarle salud con **CUIDADO.**