OBJETIVO
Establecer la metodología para identificar los posibles peligros, evaluar los riesgos y determinar los controles necesarios para evitar la ocurrencia de accidentes de las personas mayores institucionalizadas en el Instituto de Hermanas Franciscanas de Santa Clara Hogar Francisco y Clara de Fusagasugá.

TABLA DE CONTROL DE CAMBIOS		
No	FECHA	CAMBIO
1	8/8/2019	Gestión documental, actualización y codificación
2	6/04/2020	Actualización

DOCUMENTOS RELACIONADOS		
No	NOMBRE	CODIGO

.Lugar y tiempo de Archivo: Según lo definido en TRD (Tabla de retención documental)
Disposición final: Archivo central

"ESTE DOCUMENTO ES PROPIEDAD DEL INSTITUTO DE HERMANAS FRANCISCANAS DE SANTA CLARA HOGAR FRANCISCO Y CLARA, NO SE AUTORIZA SU REPRODUCCION TOTAL O PARCIAL."

TABLA DE CONTENIDO

1 OBJETIVO 3
2 ALCANCE 3
3 JUSTIFICACIÓN 3
4 MARCO CONCEPTUAL ..... **¡Error! Marcador no definido.**
5 DEFINICIONES ..... **¡Error! Marcador no definido.**
6 DESARROLLO DEL MANUAL 3
7 SEGUIMIENTO Y MEDICIÓN DEL MANUAL 9
8 BIBLIOGRAFÍA ..... **¡Error! Marcador no definido.**
9 ANEXOS 9

"ESTE DOCUMENTO ES PROPIEDAD DEL INSTITUTO DE HERMANAS FRANCISCANAS DE SANTA CLARA HOGAR FRANCISCO Y CLARA, NO SE AUTORIZA SU REPRODUCCION TOTAL O PARCIAL."

1 OBJETIVO

Establecer la metodología para identificar los posibles peligros, evaluar los riesgos y determinar los controles necesarios para evitar la ocurrencia de accidentes de las personas mayores institucionalizadas en el Instituto de Hermanas Franciscanas de Santa Clara Hogar Francisco y Clara de Fusagasugá.

2 ALCANCE

Este protocolo es aplicable a la prevención de los accidentes de las personas mayores institucionalizadas en el Hogar Francisco y Clara del Municipio de Fusagasugá, permite dar a conocer las situaciones más frecuentes de riesgo de accidentes en el hogar, debidas, bien a elementos propios del entorno o a actividades concretas que, por las condiciones físicas de las personas mayores, suponen un riesgo añadido.

Además de estas medidas preventivas, queremos señalar la importancia de que las personas mayores mantengan una buena forma física, incorporando en su vida cotidiana la práctica de actividad y ejercicio físico adaptados a su edad y sexo. Este es un objetivo prioritario de salud, tanto para la prevención de accidentes como para lograr un "envejecimiento activo", concepto divulgado por la OMS que persigue garantizar, en la medida de lo posible, las cuatro exigencias más valoradas por las personas mayores: autonomía, independencia, calidad de vida y esperanza de vida sana o libre de discapacidades.

Confiamos en que esta información sea de utilidad y contribuya a mejorar la salud de este colectivo, de igual forma; deberá estar articulado con el denominado Programa de Seguridad de la Persona Mayor.

3 JUSTIFICACIÓN

La mayoría de los accidentes que sufren las personas mayores se producen, generalmente por una falta de adecuación de las instalaciones a sus condiciones físicas derivadas del envejecimiento: menor agudeza visual, deterioro de las capacidades físicas (marcha, coordinación, etc.), deterioro cognitivo, etc. Caídas, golpes, cortes, atropellos, quemaduras e intoxicaciones son los accidentes más frecuentes.

4 DESARROLLO DEL MANUAL

PRINCIPALES RIESGOS DE ACCIDENTES EN LAS PERSONAS MAYORES INSTITUCIONALIZADAS EN EL HOGAR FRANCISCO Y CLARA

IDENTIFICACION DE PELIGROS	EVALUACION DE RIESGOS (CONSECUENCIAS)	CONTROLES (PREVENCION)
Factores Humanos: *Debilidad muscular *Perdida del equilibrio *Disminución visual y auditiva	Caídas	Factores Humanos: *Dotar de calzado adecuado (antideslizante) a las personas mayores *Trabajadores de la institución capacitados en primeros auxilios.
Factores ambientales: *Piso con desniveles *Piso resbaloso o húmedo		Factores ambientales: *Piso seco y sin cera *Eliminar las alfombras o tapetes *Mejorar la iluminación especialmente en la noche *Completar la señalización en toda la institución *Instalaciones eléctricas entubadas *Escaleras con pasamanos y con acabado en material antideslizante *Mantenimiento preventivo o correctivo a mobiliario

"ESTE DOCUMENTO ES PROPIEDAD DEL INSTITUTO DE HERMANAS FRANCISCANAS DE SANTA CLARA HOGAR FRANCISCO Y CLARA, NO SE AUTORIZA SU REPRODUCCION TOTAL O PARCIAL."

		*Mejorar los espacios de los asientos en el comedor
*Al ingerir los alimentos *Distribución inadecuada de medicamentos *Inhalación de gas (fuga)	Intoxicaciones	* Excelente control en las condiciones de almacenamiento, manipulación y distribución de los alimentos * Administración de medicamentos de acuerdo a orden médica y por profesional de enfermería
*Al ingerir los alimentos calientes (sólidos o líquidos). *Uso de velas, fósforos, cigarrillos y churruscos. *Temperatura del agua superior a 40 °C al bañarse *Ingreso de personas mayores a la cocina o área de almacenamiento de elementos de aseo o calderas.	Quemaduras	* Educación a las personas mayores en la manera correcta de ingesta de alimentos * En apoyo con el área de piscología educar acerca de las área establecidas para fumadores * Minucioso control del área de enfermería a la temperatura del agua para baño de las personas mayores.
* Al ingerir los alimentos (sólidos o líquidos).	Ahogamiento u obstrucción vía aérea	* Educación a las personas mayores en hábitos alimenticios, identificar con el área de nutrición las personas mayores con dificultad para la deglución y hacerle asistencia en la alimentación desde el área de enfermería.
*Agua almacenada en baldes de gran capacidad.	Ahogamiento	* Restringir el acceso de las personas mayores al área de los tanques de agua

LESIONES PRODUCIDAS POR CAÍDAS, GOLPES Y CORTES

Estos son los accidentes más frecuentes. A continuación se indican los lugares donde suelen producirse y las recomendaciones para tratar de evitarlos:

En las escaleras:
• Utilice el pasamanos o la barandilla siempre que suba o baje escaleras.
• Encienda siempre la luz.
• Procure que la escalera y los descansillos estén siempre libres de objetos con los que pueda tropezar.
• Procure utilizar zapatos cómodos, bien ajustados y con suela de goma.
• En caso de tener que transportar bolsas con peso, si puede, pida ayuda para mantener al menos una mano libre.
• Los escalones tendrán bandas protectoras antideslizantes en sus bordes.

Respecto a los suelos:
• Desplazarse siempre por escaleras con zonas antideslizantes
• Mantenga despejados los suelos de habitaciones y pasillos de objetos con los que pueda tropezar (tiestos, cables, adornos).
• Tenga cuidado con las alfombras, sobre todo las pequeñas, porque frecuentemente son origen de tropiezos. Deben ser antideslizantes o estar fijadas al suelo. Si esto no es posible, retírelas.
• Evite pisar suelos resbaladizos.
• Evite el vertido de agua o líquidos.

"ESTE DOCUMENTO ES PROPIEDAD DEL INSTITUTO DE HERMANAS FRANCISCANAS DE SANTA CLARA HOGAR FRANCISCO Y CLARA, NO SE AUTORIZA SU REPRODUCCION TOTAL O PARCIAL."

• Los suelos no deben estar excesivamente pulidos y encerados ya que puede resbalarse. Cuidado con los productos de limpieza (abrillantadores, ceras).
• No camine nunca calzado sólo con calcetines o medias.

En el baño:
• Sujétese de las agarraderas, apropiadas para este uso, que le ayuden a incorporarse del inodoro y a entrar y salir de la ducha o bañera.
• Tenga precaución al desplazarse por alfombras
• Evite que se forme vapor en el baño con una buena ventilación ya que un exceso de vapor puede causar mareos.
• Si tiene que utilizar un aparato eléctrico dentro del baño, hágalo llevando un calzado con suela de goma y evite que el ambiente esté muy húmedo.
• Evite ducharse con la estufa eléctrica encendida. Caliente la estancia previamente.

En el dormitorio:
• No se levante de la cama bruscamente. Permanezca sentado/a unos momentos antes de incorporarse.
• Procure que el espacio de acceso a la cama sea lo suficientemente amplio para entrar y salir sin riesgo.
• Evite las alfombras.

En el comedor:
• Guarde un espacio prudente entre un puesto y el otro
• Consuma los alimentos en porciones pequeñas

QUEMADURAS Y PREVENCIÓN DE INCENDIOS
Las instalaciones de gas y/o eléctricas destinadas a la preparación de alimentos, el uso de agua caliente, los aparatos de calefacción y el uso de algún otro aparato eléctrico, así como el hábito de fumar, son el origen de quemaduras e incendios. Le recomendamos que revise las siguientes instrucciones o medidas de seguridad para tratar de evitarlos:

Bolsas de agua caliente y mantas eléctricas:
• Tenga especial cuidado con las bolsas de agua caliente compruebe siempre que la temperatura es adecuada y que la bolsa esté bien cerrada. Protéjala con una toalla o tela para que no toque a la piel directamente.
• No use nunca botellas de cristal con agua caliente en la cama.
• No es recomendable dormir con manta eléctrica, sobre todo si tiene dificultad para retener la orina, por el grave riesgo de que se produzca un cortocircuito.
• Si usa manta eléctrica tenga cuidado de que el cable esté en buen uso y no esté enrollado.
Aparatos eléctricos e instalaciones eléctricas:
• No sobrecargue la electricidad utilizando a la vez varios aparatos que consuman mucha energía
• No conecte varios aparatos en el mismo enchufe.
• No desenchufe nunca un aparato eléctrico tirando del cable.
• Desconecte siempre los aparatos eléctricos después de haberlos utilizado.
• No pase cables eléctricos por debajo de las puertas.
• No manipule nunca aparatos eléctricos o cables y enchufes con las manos mojadas.
• No limpie ni moje los aparatos eléctricos si están enchufados.
• Apague los bombillos de la luz de la habitación y del baño, cuando no los necesite más
Baños y duchas:
• Regule y compruebe la temperatura del agua antes de ducharse o bañarse.
• Abra siempre primero el grifo del agua fría y mezcle luego con el agua caliente hasta conseguir la temperatura deseada.

Hábito de fumar:
• No fume nunca en la cama.
• Si está sentado/a en el sofá y nota somnolencia, deje de fumar.

"ESTE DOCUMENTO ES PROPIEDAD DEL INSTITUTO DE HERMANAS FRANCISCANAS DE SANTA CLARA HOGAR FRANCISCO Y CLARA, NO SE AUTORIZA SU REPRODUCCION TOTAL O PARCIAL."

• Utilice ceniceros hondos
• Asegúrese de que las colillas de los cigarros estén bien apagadas antes de depositarlas en la basura.
• Tenga cuidado de no dejar olvidado un cigarro encendido.

Intoxicaciones
Productos tóxicos almacenados:
Los productos almacenados que pueden causar intoxicaciones son, fundamentalmente, los medicamentos y los productos de limpieza. Para prevenir este tipo de accidentes le recomendamos tenga en cuenta las siguientes normas de seguridad y precauciones:
Medicamentos
• Consuma los medicamentos cada vez que sean administrados por el personal de enfermería, no los acumule ni guarde.
• Si usted se administra por sí mismo los medicamentos revise periódicamente las fechas de caducidad, no deje medicamentos destapados o con el expuestos al ambiente, consérvelos en un lugar seco, fresco y protegido de la luz.
• Conserve la pauta de administración prescrita por su médico/a. Si lo precisa, anote en el envase la dosis diaria.
• No se automedique. Constituye un grave riesgo para su salud.
• Consulte a su médico/a o área de enfermería las dudas relacionadas con el tratamiento que está siguiendo.

Alimentos
En ocasiones, el consumo de alimentos en mal estado puede dar lugar a una intoxicación alimentaria. Para prevenir este accidente siga las recomendaciones siguientes:
• No almacene alimentos en las habitaciones ni en la ropa
• Consuma los alimentos una vez sean administrados por el personal de la institución
• Si observa algo anormal en algún alimento (color, textura, sabor) informe de inmediato al personal de cocina
• No obsequie a otras personas mayores lo alimentos que usted no va a consumir, recuerde que cada persona mayor tiene una dieta preescrita, y esto podría generar alteraciones en el estado de salud de las personas.

Atragantamientos y lesiones por cuerpo extraño
Con bastante frecuencia, las personas mayores presentan problemas en su dentadura. Esto puede dar lugar a atragantamientos. También son frecuentes las lesiones en el oído por cuerpo extraño. Para prevenirlos:
• Mastique bien los alimentos. Coma despacio.
• En caso de utilizar prótesis dentales, siga las instrucciones de uso de su odontólogo.
• No se meta objetos en los oídos. Tenga cuidado al utilizar bastoncillos de algodón para su limpieza.
• No duerma con objetos en la boca (caramelos, etc.).
• Si se atraganta fácilmente, modifique la textura de los alimentos utilizando espesantes o gelatinas.
Daños producidos por temperaturas extremas
Procure mantener la casa a una temperatura adecuada (entre 18° y 22° C) con un buen aislamiento que impida temperaturas más bajas o más altas a las habituales. No abuse de la calefacción o el aire acondicionado.

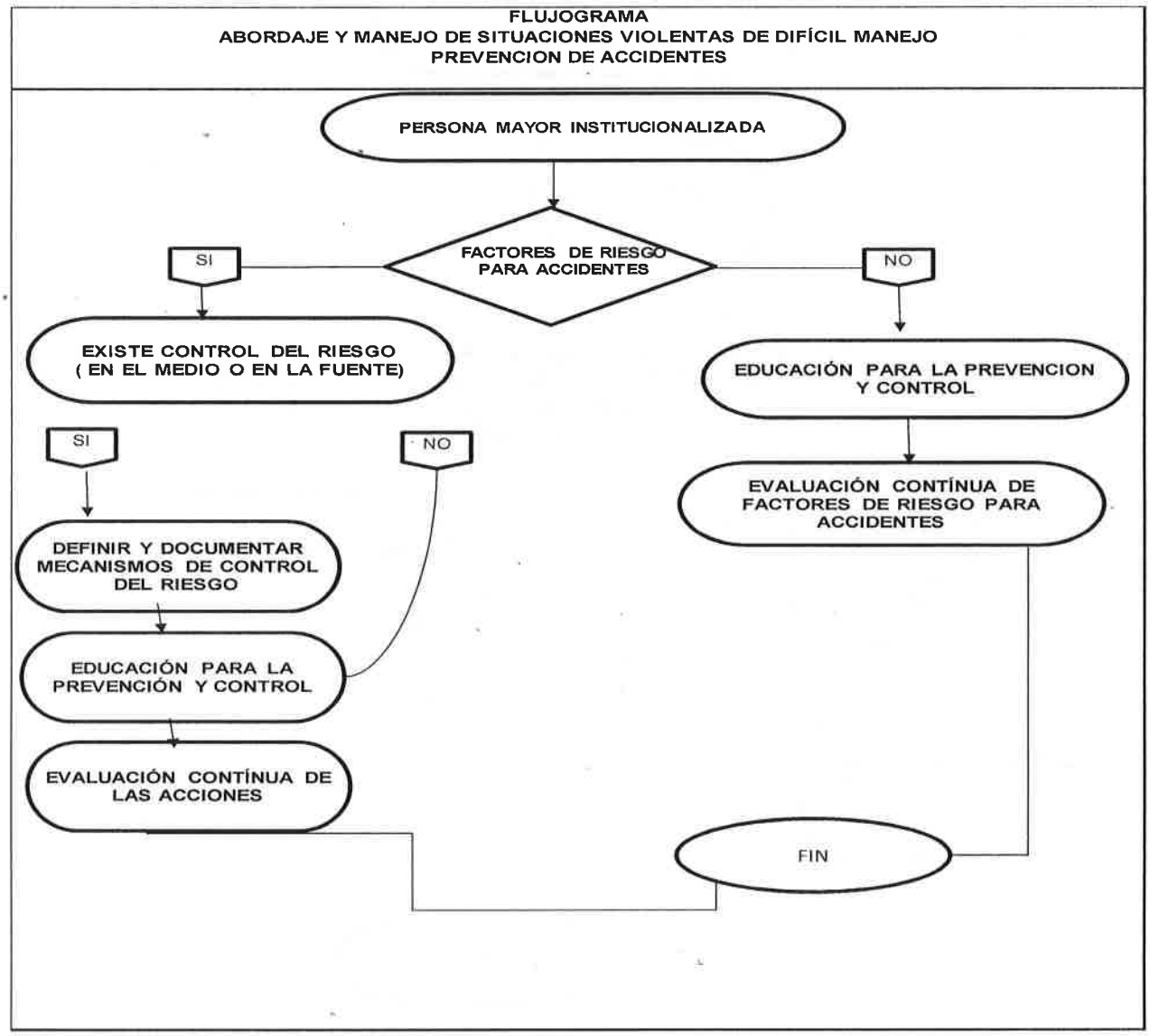
Hipotermia :
Se trata de un grave cuadro clínico debido al descenso de la temperatura corporal por debajo de 35° C. Puede ocurrir en personas que, tras una caída en su domicilio, permanecen durante horas en el suelo sin recibir ayuda. Para prevenirlo tenga en cuenta las siguientes recomendaciones
• Si vive solo/a procure tener siempre cerca de usted un teléfono por si tiene que avisar a algún vecino/a o familiar en caso de caída.
• Consulte con los servicios sociales de su ayuntamiento las ayudas a personas mayores que viven solas.
Hipertermia o golpe de calor:

El exceso de calor puede producir efectos perjudiciales para la salud de las personas mayores. Para evitarlos siga estos consejos:

"ESTE DOCUMENTO ES PROPIEDAD DEL INSTITUTO DE HERMANAS FRANCISCANAS DE SANTA CLARA HOGAR FRANCISCO Y CLARA, NO SE AUTORIZA SU REPRODUCCION TOTAL O PARCIAL."

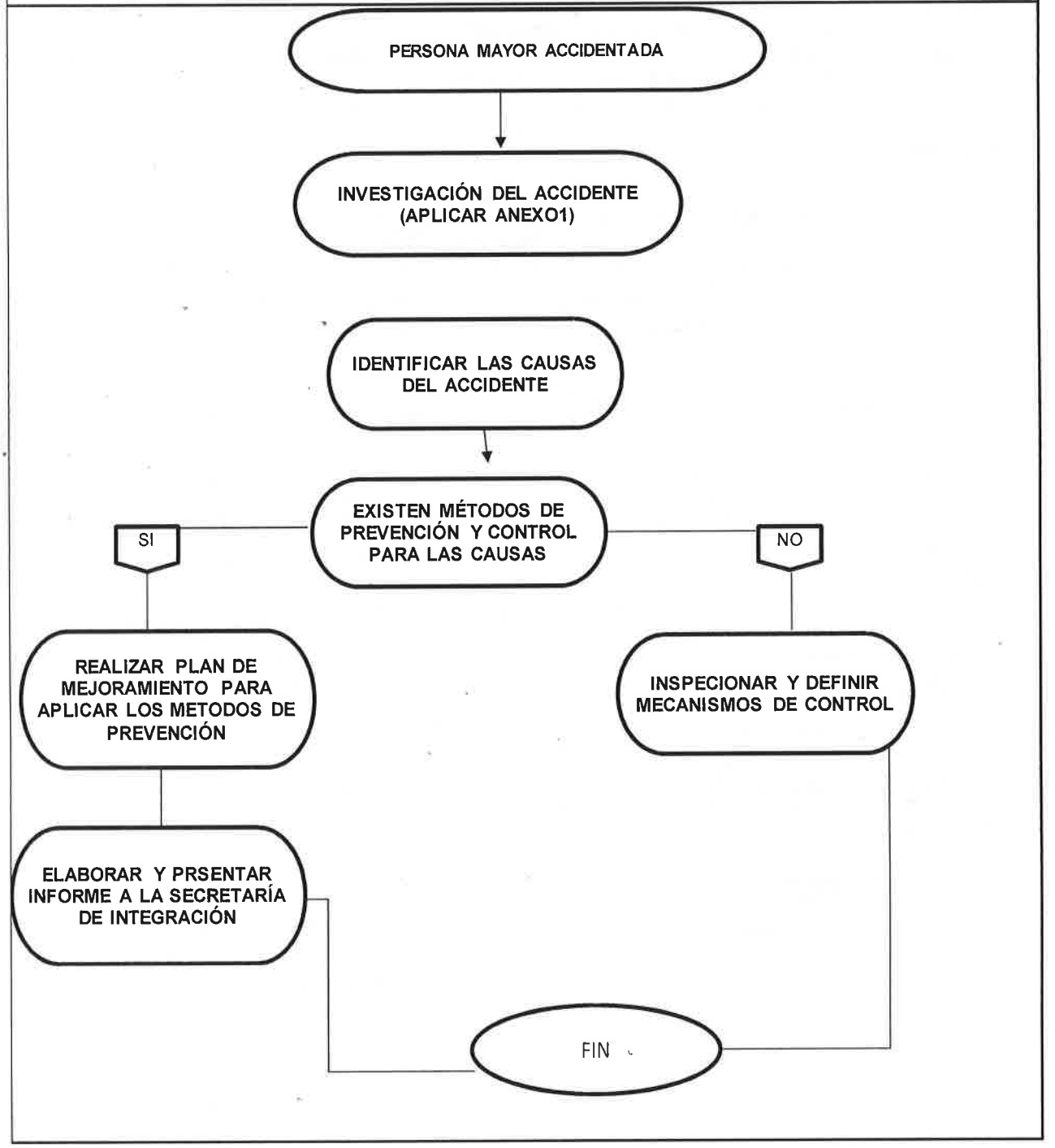
• Beba abundante agua y con frecuencia (al menos 2 litros diarios) aunque no sienta sed. Calcule un vaso de agua más por cada grado de temperatura que supere los 37º C.
• Aumente el consumo de frutas de verano (sandía, melón) y verduras (ensaladas frías).
• Las habitaciones de la casa deben tener cortinas en las ventanas
• Refrésquese con paños húmedos frecuentemente durante el día.
• Permanezca durante el mayor tiempo posible en áreas
• No salga a la calle en las horas más calurosas del día. En estas horas evite el ejercicio físico y deporte.
• Use ropa y calzado adecuado que transpire con facilidad.
• En épocas de calor, beba abundantes líquidos aunque no sienta sed.

FLUJOGRAMAS



"ESTE DOCUMENTO ES PROPIEDAD DEL INSTITUTO DE HERMANAS FRANCISCANAS DE SANTA CLARA HOGAR FRANCISCO Y CLARA, NO SE AUTORIZA SU REPRODUCCION TOTAL O PARCIAL."

FLUJOGRAMA
ABORDAJE Y MANEJO DE SITUACIONES VIOLENTAS DE DIFÍCIL MANEJO
PREVENCION DE ACCIDENTES



"ESTE DOCUMENTO ES PROPIEDAD DEL INSTITUTO DE HERMANAS FRANCISCANAS DE SANTA CLARA HOGAR FRANCISCO Y CLARA, NO SE AUTORIZA SU REPRODUCCION TOTAL O PARCIAL."

5 SEGUIMIENTO Y MEDICIÓN DEL MANUAL

Seguimiento	Responsable	Mecanismos de seguimiento	Periodicidad
Autocontrol			
El presente documento está sujeto a verificaciones externas			

Indicadores

6 ANEXOS

1. Procedimiento para el reporte de eventos adversos
2. Formato para el reporte de eventos adversos.

Aprobación	Nombre	Cargo	Fecha	Firma
Elaborado Por:			Julio de 2018	Idna María Flor G.
Revisado y Actualizado Por:	Janeth Patricia Páez g	Enfermera	Abril de 2020	Janeth Patricia Páez G.
Aprobado Por:	María Flor Elba Zuluaga Duque	Directora	Agosto de 2019	

"ESTE DOCUMENTO ES PROPIEDAD DEL INSTITUTO DE HERMANAS FRANCISCANAS DE SANTA CLARA HOGAR FRANCISCO Y CLARA, NO SE AUTORIZA SU REPRODUCCION TOTAL O PARCIAL."