

TRATAMIENTO

Tratamiento inmediato de las caídas:

- **Reposición:** Mantener la zona afectada en reposo, sin moverla, para evitar mayor daño.
- **Frío local:** Aplicar hielo envuelto en una compresa para reducir el dolor y la inflamación.
- **Evaluación médica:** Dependiendo de la gravedad de la lesión y el dolor, es importante buscar ayuda médica para evaluar la necesidad de atención especializada.



Tratamiento a largo plazo y prevención de futuras caídas:

- **Evaluación médica:**

El médico puede evaluar las causas de la caída, como problemas de equilibrio, visión o medicamentos, y recomendar tratamientos o ajustes.

- **Rehabilitación física:**

La fisioterapia puede ayudar a mejorar la fuerza, equilibrio y coordinación, reduciendo el riesgo de futuras caídas.



Prevención

Hay numerosas intervenciones para prevenir las caídas durante todo el curso de la vida:

Para los trabajadores

- Normas de seguridad laboral más estrictas para las ocupaciones de alto riesgo, como la construcción.
- Programas multifactoriales de seguridad laboral.



CAIDAS



**“SEGURIDAD Y SALUD
EN EL TRABAJO”**

SALUD OCUPACIONAL

PEVAS 551

CAIDAS



Es un evento que ocurre a consecuencia de cualquier acontecimiento que precipita al paciente al piso contra su voluntad.



Esta suele ser repentina, involuntaria e insospechada y puede ser confirmada por el paciente o por un testigo

RESBALONES

La mayoría de los resbalones ocurren cuando los suelos están mojados o contaminados, y muchos tropiezos se deben a las malas condiciones de limpieza.

Las lesiones por caídas son lesiones **comunes** en el lugar de trabajo.

La industria de la construcción tiene la mayor frecuencia de muertes relacionadas con caídas.

Estas muertes se deben principalmente a caídas desde alturas.



¿Qué personas corren más riesgo?

La edad es uno de los principales factores de riesgo de sufrir caídas.

Los ancianos son quienes corren mayor riesgo de morir y de sufrir lesiones, y el riesgo en este grupo aumenta con la edad.



Las caídas que sufren los niños, que son otro grupo de riesgo, se deben en gran medida a las características de las distintas etapas del desarrollo, a su curiosidad innata por el entorno y a la autonomía que van adquiriendo, que los lleva a adoptar conductas de más riesgo.

SEXO: Ambos sexos corren riesgo de sufrir caídas en todos los grupos etarios y todas las regiones. Las mujeres de edad y los niños pequeños son especialmente propensos a sufrir caídas y a que estas revistan más gravedad.