

# Agenda del CUIDADOR

---

DOMICILIO SEGURO

## DOMICILIO SEGURO

Durante la atención asegúrate de guardar a los animales domésticos para evitar accidentes. Colabora con el profesional de salud para acceder a tu domicilio, si tienes tranqueras o vives en interior de un edificio o grupo habitacional.

### AMBIENTES CRÍTICOS DEL PACIENTE



Cuarto de baño



Pasadizo



Cocina



Dormitorio

### Planificar medidas básicas de protección:

- 1.- Reconoce las rutas de escape en caso de sismos, tsunamis o incendios.
- 2.- Mantén libre los pasillos para que el paciente se pueda movilizar sin riesgo de caídas.
- 3.- Evita acumular cosas, sobre todo material inflamable o productos químicos.
- 4.- Ten a la mano los teléfonos de emergencia (bomberos, policía, serenazgo, etc.).

### OJO: DENTRO DEL BAÑO

Instale una regadera de mano para bañarse más fácilmente.

Use una esponja de mango largo para lavar zonas difíciles de alcanzar.

Use una alfombrilla de baño con base de goma para mantener seco el piso.



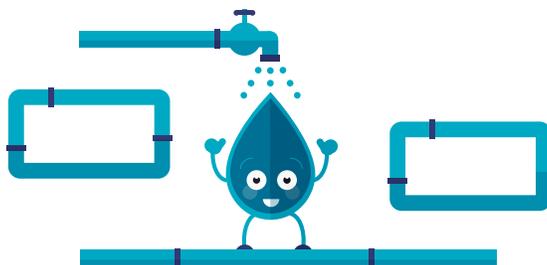
Instale barandas en la ducha o tina para agarrarse al entrar y salir.

Siéntese en un banquito para tina o asiento para ducha mientras se baña.

Use una silla con orinal o asiento elevado para subir la altura de su inodoro.

## AGUA POTABLE

- ✓ Verifica estado de cañerías, tuberías y contenedores de agua regularmente.
- ✓ Verifica las características del agua que llega a tu domicilio (color, olor, sabor).
- ✓ Realiza la limpieza del tanque o cisterna de agua cada 6 meses.
- ✓ Si almacenas agua, mantén los recipientes limpios y de uso exclusivo para agua limpia.
- ✓ Hierve o potabiliza el agua con lejía antes de consumirla o lavar los alimentos.
  - **Para beber:** 2 gotas de lejía comercial sin odorizantes por cada litro de agua. Dejar reposar por 30 minutos y luego servir.
  - **Para lavar verduras y frutas:** 1 cucharadita de lejía comercial sin odorizantes por cada litro de agua, dejar reposar por 30 minutos y enjuagar.
- ✓ Ten siempre a la mano el teléfono de Sedapal.



## FLUIDO ELÉCTRICO

- ✓ Revisa periódicamente las instalaciones.
- ✓ No uses extensiones.
- ✓ Los trabajos de mantenimiento, reparación o instalación deben ser realizados por profesionales.
- ✓ Si observas chispas o señal de quemadura del enchufe, no lo uses y cambiálo.
- ✓ Revisa siempre el estado de funcionamiento de tu refrigeradora. Realiza los mantenimientos periódicos.
- ✓ La buena refrigeración de medicamentos y alimentos aseguran la salud de tu familia.

## PREVENCIÓN DE HURTOS



Instala mecanismos de seguridad en puertas y ventanas.



Almacena equipos biomédicos y medicinas lejos de la vista de visitantes.



Usa "ojo mágico" en la puerta.



Siempre solicita la identificación de personas ajenas a tu hogar.

## RECOMENDACIONES

### EQUIPAMIENTO BIOMÉDICO

- ✓ Revisa siempre el estado de los tomacorrientes, por ejemplo el concentrador de oxígeno.
- ✓ Da mantenimiento preventivo según indicaciones del fabricante.
- ✓ Ten escrito en la Agenda del Cuidador los teléfonos de emergencia del fabricante en caso haya un desperfecto del equipo.
- ✓ Ante dudas sobre el funcionamiento es mejor comunicarse con el fabricante.



# MEDIDAS DE ACTUACIÓN - RECOMENDACIONES ANTE INCENDIOS Y MANEJO DE MATERIALES PELIGROSOS EN CASA

## Ante la sospecha de intoxicaciones – envenenamiento – familiares y pacientes

- Siga las siguientes recomendaciones:



No procoque el vómito.



No ofrezca agua, leche, ni ofrecer pan u otras comidas.



Si encuentra al niño con algún producto de limpieza volcado sobre su ropa, retire la misma y lave la piel con abundante agua.



Consulte al médico en todos los casos, y lleve el producto involucrado.

## Ante un amago de incendio – familiares y pacientes

- Ante la presencia de humo y/o la alerta de incendio, proceda a trasladar al paciente al exterior en la medida que pueda movilizarlo y cuente con acceso seguro hacia la salida de la vivienda.
- Solicite apoyo a vecinos para que puedan, en caso se requiera, apoyar con la evacuación por otras vías de acceso a la vivienda (ventanas, patios exteriores, laderas laterales al domicilio, etc).
- Nunca deje solo al paciente: recuerde, lo importante es preservar la vida e integridad de los habitantes del domicilio.
- No pierda el tiempo recabando pastillas y/o documentos.

## Después de un amago de incendio – familiares y pacientes

- Aléjese de las viviendas dañadas.
- Acérquese a las autoridades para solicitar el apoyo correspondiente al paciente.

## PREVENCIÓN DE INCENDIOS

### EVITA

- Acumular materiales inflamables (papel, cartón, madera, químicos, gases medicinales).
- Revisa las instalaciones eléctricas, no fumes dentro de la casa y mucho menos en la cama.



### DETECTAR TEMPRANAMENTE EL INCENDIO

- Considera adquirir un detector de humo.
- Supresión temprana.
- Ten siempre a la mano un extintor o una caja de arena.
- Avisar a los bomberos ante una sospecha.



# MEDIDAS DE ACTUACIÓN - RECOMENDACIONES ANTE INCENDIOS Y MANEJO DE MATERIALES PELIGROSOS EN CASA

- Ubique fuera del alcance de los niños:
  - ▶ Cerillas.
  - ▶ Lejía.
  - ▶ Sustancias corrosivas para limpieza.
  - ▶ Detergentes.
  - ▶ Productos inflamables.
- Para prevenir intoxicaciones y envenenamientos involuntarios deberá seguir las siguientes indicaciones:
- Revise siempre la etiqueta del producto a utilizar: siempre use los implementos de seguridad que recomiende el producto (guantes, gafas, mascarilla, etc).
- Nunca deje los utensilios de limpieza (escobas, recogedores, baldes de limpieza.



**MATERIALES PELIGROSOS**

Ubique fuera del alcance de los niños:

- Lejía
- Desinfectantes, sustancias corrosivas
- Detergente
- Productos inflamable

## MATERIALES PELIGROSOS

**NO use envase de gaseosas o de productos comestibles para almacenar limpiadores o insecticidas.**

**Rotular los frascos con líquidos de aseo, inflamables, entre otros.**



Material inflamable: alcohol de 70°, clorhexidina y balón de oxígeno, por eso medidas de conservación.

# ¿Cómo puede comunicarse con nosotros?

Si desea comunicarse con nosotros puede hacerlo a través de nuestra central telefónica:

**Alberto Barton**

 01 205-0333

**Guillermo Kaelin**

 01 205-1222

## OPCIÓN 1 - INFORMES

**Lunes a viernes de 8:00 a.m. a 5:00 p.m.**

Un equipo de profesionales responderá su llamada y brindará información solicitada.

## OPCIÓN 2 - URGENCIAS

**Lunes a domingo de 7:00 p.m. a 7:00 p.m.**

(ver signos o motivos de urgencia)

Un equipo de profesionales de salud responderá su llamada y lo atenderá u orientará vía telefónica, o enviará un equipo de salud para atenderlo en su domicilio.

**En caso de emergencias:**

 01205-0333 (Alberto Barton) o  01205-1222 (Guillermo Kaelin)

<b>STAE</b>	117
<b>Bomberos</b>	116
<b>SAMU</b>	106
<b>Policía</b>	105

**En caso de violencia familiar:**

**Línea 100**

(Centro nacional de atención de violencia familiar)

Ley 30490: Ley de la persona adulta mayor.

Ante sospecha de violencia o ser víctima de violencia  
(Física / Sexual / Psicológica / Económica)

Comunicar a la "línea 100" e informar hechos ocurridos.