

SEGURIDAD EN LA CAMA

Barandillas de la Cama

Definición:

Barras ajustables, normalmente de madera, metálicas o de plástico rígido, que se fijan a la cama, en uno o ambos lados, y que para lograr su fin han de quedar a una altura superior a la del colchón.

Garantías para el uso Barandillas.

- Sólo se utilizarán dispositivos homologados.
- Deberán estar en perfectas condiciones de uso.
- Que se hace un uso selectivo y seguro de las barandillas y que se tienen en cuenta las alternativas existentes.
- Cada vez que se apliquen se comprobará:
 - Que la persona no pueda caer entre el colchón y la barandilla.
 - Que no existen riesgos de atrapamiento de ninguna parte del cuerpo de la persona en la barandilla, o en los espacios que queden entre ella y cualquier parte de la cama
 - Que sacudir la cama o la barandilla, o apoyarse en ella, no desbloquea la barandilla permitiendo que caiga libremente.

El Programa Desatar no admite la utilización de sujeciones físicas o farmacológicas con la finalidad de evitar riesgos en el uso de barandillas.

Uso Nuevo de Barandillas

En general es algo desaconsejable, ni tan siquiera como ayuda para la movilidad de la persona en la cama, para la cual hay medidas menos peligrosas. La razón principal para desaconsejar la aplicación de barandillas es que crean dependencia, de tal manera que en poco tiempo la persona no podrá dormir segura si se le retiran o se olvidan de colocarlas cada noche, salvo que se apliquen otras medidas que eviten que se caiga de la cama. La dependencia creada obliga a mantenerlas en el tiempo, asumiendo el riesgo de que se conviertan en un problema en algunas personas.

En una persona mayor en la que existe posibilidad de desarrollar un deterioro cognitivo-demencia, o que ya lo presenta aunque sea de forma muy incipiente, el riesgo futuro que implica el uso de barandillas es serio, lo que se convierte en otro motivo más para desaconsejarlas.

Muy ocasional y excepcionalmente se pueden utilizar por unas horas o pocos días en personas con un estado Confusional que no le permite conocer si está en una cama y cuáles son sus límites, y siempre que no retengan a la persona en la cama en contra de su voluntad.

Nota: Las directrices de este apartado son solo para el uso nuevo, y no son aplicables a personas con historia de uso prolongado de barandillas.

Evaluación para Decidir la retirada de barandillas

Ojo: Si la persona ha desarrollado una dependencia de ellas, la retirada no puede realizarse sin tomar medidas de seguridad para evitar que se pueda caer de la cama

Lo siguiente debe ser revisado:

- Comportamiento del Residente, y la razón por la que sale, o quiere salir, de la cama.
- Historia de caídas. Caídas en relación con la cama.
- Estatus funcional en relación con la cama (movilidad en la cama; levantado; acostado; etc.)
- Función Cognitiva y Sensorial (especialmente visión).
- Restrictividad de las alternativas planteadas (ver anexo 2)

Valoración – 3 Preguntas “clave”

Ver anexo 1 para valorar caso a caso con un algoritmo de seguridad en la cama

PREGUNTA 1: Puede el residente identificar el borde de la cama?

Un "No" como respuesta a la pregunta llevará al equipo a explorar opciones que ayuden al residente a identificar los bordes de la cama o mejorar la seguridad de la persona en ella: una cama más ancha, una cama más baja, almohadas de la longitud del cuerpo. *Realizar estas intervenciones le ayudará a proteger al residente sin usar barandillas laterales. Ver anexo 2.*

PREGUNTA 2: Por qué se levanta el residente?

Saber si es porque el residente tiene que ir al cuarto de baño, si está asustado, si lo hace dormido, si tiene hambre o sed, porqué siempre se levanta a las 3 a.m., si trabajaba de noche, si le duele algo, etc., ayudará al personal a realizar muy específicamente las intervenciones que se necesiten.

Las mejores opciones son muy sencillas- sirvan como ejemplos - establecer un programa individualizado de visitas al servicio, darles algo de comer o beber, levantarles a las 3:.25 a.m., dejarles levantados toda la noche y darles "trabajo" o controlar su dolor.

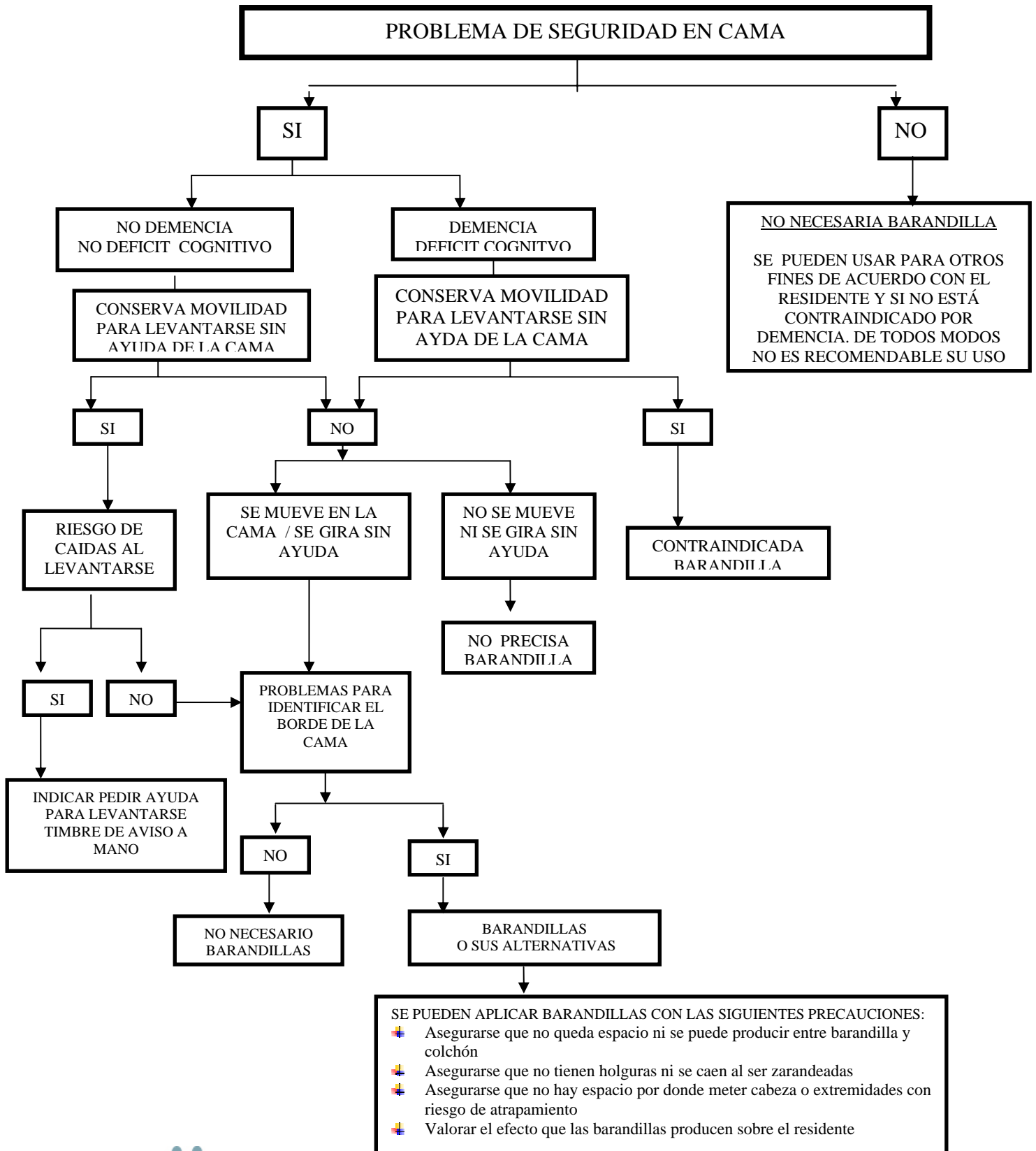
Cuando el personal conoce la motivación del residente, utilizar una barandilla lateral para evitar que se levante no tiene sentido y es muy peligroso.

PREGUNTA 3: Cuándo usted ya sabe porqué se levanta el residente, ¿por qué intenta mantenerle en la cama?

Esta pregunta ayuda al equipo a descubrir porqué utilizan barandillas y muchas veces esto se convierte en la clave para buscar otras opciones.

Añada estas tres preguntas a su valoración de la barandilla lateral, recoja las respuestas y se asombrará de lo efectivas que serán sus intervenciones y las opciones que elija.

Anexo 1
SEGURIDAD EN LA CAMA
- USO DE BARANDILLAS -



Anexo 2

Alternativas a las BARANDILLAS (ejemplos)

Seguridad en la cama

- Colchones cóncavos
- Sistemas para facilitar el reconocimiento del borde la cama
- Colchones de agua
- Cojines de posicionamiento
- Almohadas del largo del cuerpo
- Suelos mullidos o colchones de gimnasia a ambos lados de la cama
- Colchón en el suelo
- Altura de la cama individualizada
- Evitar las barandillas
- Camas sin ruedas
- Silla o mesa al lado de la cama para facilitar la transferencia
- Tiras antideslizantes en el suelo a los lados de la cama
- Trapecio
- Recuerdos visuales para recordar al residente que llame al “timbre”

Cambios en el entorno

- Mejora de la iluminación
- Facilidades para encender la luz (automatismos)
- Tiras antideslizantes en el suelo/ Suelos antideslizantes
- Asegurar zonas de paso libres de muebles
- Facilitar el acceso a áreas externas seguras
- Puertas de salida bloqueadas
- Áreas de actividad al final de cada pasillo
- Mejoras en la visibilidad de los residentes
- Tapar puertas