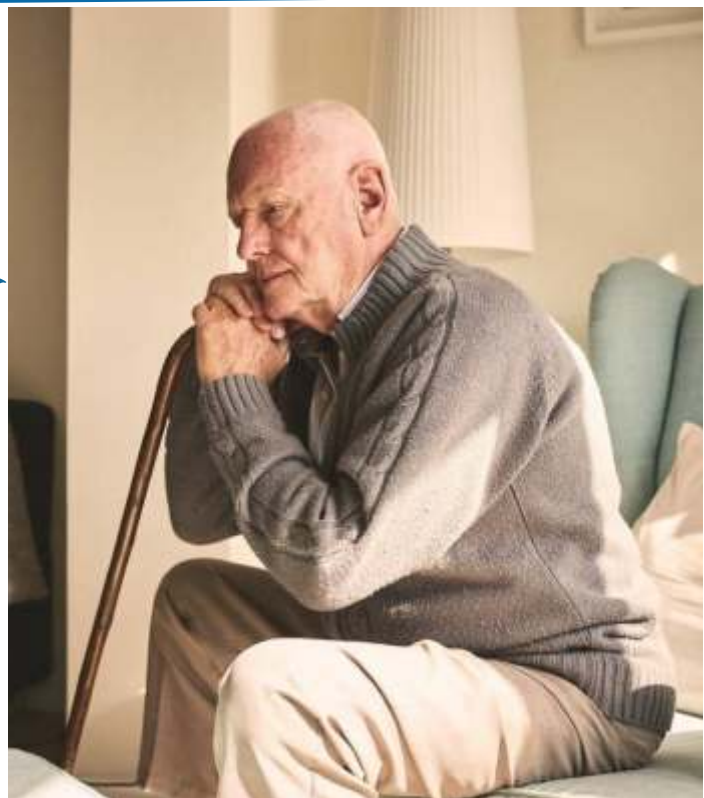


## Medidas de prevención para evitar accidentes con *adultos mayores* en casa



### Caídas

- Utilizar zapatos cómodos, que estén bien ajustados y con suela de goma.
- Tener cuidado con las alfombras, sobre todo las pequeñas, deben ser antideslizantes o estar fijadas al suelo. Si esto no es posible, retirarlas.

### Asfixia

- Acompañarlos mientras consumen sus alimentos

### Quemaduras

- No permitir que las personas adultas mayores manipulen recipientes o cuerpos calientes desprovistos de asas o mangos aislantes
- Tener siempre disponibilidad de elementos que permitan proteger las manos mientras se manipulan objetos calientes
- Si se fuma, tener especial cuidado de apagar completamente las colillas y no arrojarlas al suelo. No fumar nunca en la cama.
- Cuando se usen bolsas de agua caliente, comprobar que estén bien cerradas y cubrirlas con un paño.

### Intoxicaciones

- Utilizar solamente los medicamentos recetados por el médico tratante. No automedicarse.
- Prestar especial atención a las indicaciones del médico, a efectos de saber para qué se toma cada medicamento, en qué dosis hay que tomarlo, y cuántas veces por día. Es aconsejable anotar esta información en el envase de cada medicamento.
- Guardar cada medicamento en su envase original con su correspondiente etiqueta y empaque.

### Electrocuciones

- Procurar no usar ni tocar aparatos eléctricos estando descalzo (incluso si el suelo está seco).