

Cuestionario de seguridad en el hogar

Nombre del paciente _____ Fecha _____

Cuando se es propenso a las caídas, su hogar puede ser un apoyo o convertirse en la causa de sus caídas. La siguiente es una lista de situaciones comunes que pueden marcar la diferencia en el problema de las caídas.

Mire a su alrededor y responda las preguntas con toda sinceridad sobre cuán bien está preparado su hogar para evitar las caídas. Luego, piense cómo puede cambiar las cosas para que la probabilidad de caídas sea menor. **Lleve este formulario con usted para su evaluación.**

Elija la mejor respuesta para cada una de las preguntas que aparecen a continuación.

1. Cuando voy de una habitación a otra en mi casa, me resbalo o tropiezo con los cables eléctricos, muebles bajos u otros objetos que están en mi camino. (Tropiezos)

Nunca Rara vez Una vez a la semana Más de una vez a la semana

2. Cuando voy de una habitación a otra en mi casa, hay objetos firmes en los que me puedo apoyar para recobrar el equilibrio si vacilo. (Barandales)

En todas partes En la mayoría Ocasionalmente Pocos objetos en los que me puedo afirmar

3. Poseo buena iluminación cuando camino por mi casa (incluidas las idas nocturnas al baño). (Luces)

Siempre Casi siempre Ocasionalmente A menudo está oscuro

4. Cuando estoy en casa, uso zapatos, no camino descalzo ni con pantuflas. (Calzado)

A menudo Generalmente Ocasionalmente La mayoría de las veces descalzo

5. Me resbalo o tengo dificultad para sentarme y pararme de la taza del baño. (Taza del baño)

Nunca Rara vez Ocasionalmente A menudo

6. Me resbalo o tengo dificultad para entrar y salir de la bañera o la ducha. (Bañera)

Nunca **Rara vez** **Ocasionalmente** **A menudo**

7. Me resbalo o tengo dificultad con los escalones o las escaleras en mi casa. (Escaleras)

Nunca **Rara vez** **Ocasionalmente** **A menudo**

8. Tengo que empinarme para tomar los objetos que están fuera de mi alcance en la cocina o en los roperos. (Alcance)

Nunca **Rara vez** **Ocasionalmente** **A menudo**

9. En los lugares por los que camino fuera de la casa, hay superficies desiguales, veredas con grietas, escalones resbaladizos u otros problemas que me pueden hacer resbalar o tropezar. (Exterior)

Nunca **Rara vez** **Ocasionalmente** **A menudo**

10. Si me cayera, hiciera daño y no pudiera levantarme, podría obtener ayuda en forma rápida. (Ayuda)

Siempre **Generalmente** **Ocasionalmente** **No; habitualmente solo**

Cuestionario de seguridad en el hogar: instrucciones de puntuación

Instrucciones de puntuación

- Los ítems que aparecen a la izquierda tienen puntuación 0, con puntuaciones consecutivas de izquierda a derecha de 1, 2 y 3.
- Por ejemplo, el ítem 10:
- Siempre = 0, Generalmente = 1, Ocasionalmente = 2, No; habitualmente solo = 3.
- Mientras más alta sea la puntuación, mayor debe ser la preocupación con respecto al tema de la seguridad en el hogar.
- Copie la puntuación de cada ítem en el bloque correspondiente con el mismo número y título en el formulario Evaluación de caídas: visita inicial.