www.stopfalls.org

Prevenga una Caída si Tiene una Mascota

Como Permanecer Seguro Cuando Tiene Perros y Gatos

Las mascotas son amigos fieles que dan amor sin condición alguna. Pero también las mascotas, los platos donde comen, y los juguetes pueden ser obstáculos que le ocasionen una caída. Aquí hay sugerencias cómo permanecer seguro alrededor de sus mascotas.

Sabía Usted Que:

- Cada año, cerca de 86,000 caídas son causadas por perros y gatos.
- Las mujeres tienen la posibilidad doble que los hombres de sufrir un daño por una caída.
- Las tasas mas altas de la fractura se encuentran entre los adultos mayores de 75 años.

Adentro en su Hogar:

- Mantén todos los objetos que pertenecen a su mascota como la comida/agua y sus juguetes fuera de los pasillos y áreas donde la gente camina para prevenir un tropiezo. Limpia los desparrames de comida o de líquidos inmediatamente.
- Los gatos y perros pequeños pueden correr entre medio de los pies; póngales un collar con una campanita para que den conocer su presencia y lugar.
- Los perros de tamaño grande pueden saltar sobre sus invitados cuando saludan. Considera darles un entrenamiento de obediencia para que corrijan comportamientos como jalando y empujando pues esto aumenta su riesgo de una caída.
- Este consiente de su mascota cuando tenga invitados en casa no importa que edad tengan. Personas de la tercera edad con problemas de equilibrio y niños podrían estar a riesgo de caerse cuando hay una mascota a su alrededor.

Afuera de su Hogar:

- Entienda el comportamiento de su mascota. Algunos perros puede tumbarlo cuando están muy emocionados o jalarlo cuando siguen a otros perros.
- Camine con su mascota en lugares conocidos, bien iluminados con piso nivelado. De acuerdo al comportamiento de su perro, sería mucho mejor caminarlo en áreas donde su mascota no se pueda encontrar con otros perros.
- Usa sus dos manos en el lazo de su perro cuando estás caminando – aumenta su estabilidad poniendo una mano en el manubrio del lazo y la otra mano otra sobre el lazo en una posición más baja.
- Mantenga el control de su perro para proteger a los que están alrededor suyo – si su perro ladra o acecha a una persona con problemas de equilibrio, la persona puede estar a riesgo de sufrir una caída.

FALL PREVENTION
CENTER OF EXCELLENCE