



7 PASSOS PARA PREVENIR QUEDAS NO HOSPITAL

1

Usar calçado seguro

(Com calcanhares reforçados e que fiquem presos aos pés)

2

Acender a luz à noite ao levantar-se da cama

3

Assegurar-se que o chão está seco e livre de obstáculos

4

Manter os seus objetos e a campainha perto de si

5

Pedir ajuda se não conseguir levantar-se ou caminhar sozinho

6

Utilizar as barras de apoio nas instalações sanitárias

7

Conhecer o efeito dos medicamentos que toma

Jogue o Quiz da Prevenção de Quedas

Teste os seus conhecimentos e veja a sua pontuação final



<https://www.onlinequizcreator.com/pt/prevencao-de-quedas/quiz-365797>