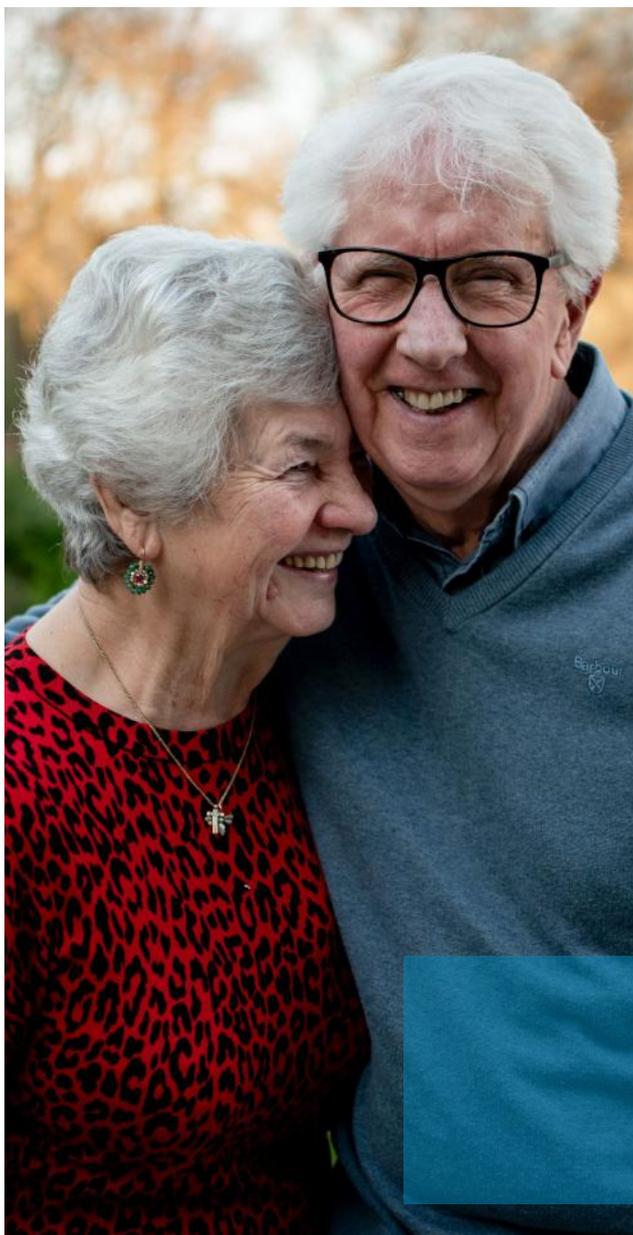




Kit de herramientas para la prevención de fugas de GET SAFE

Demencia



Fuga de un vistazo

La **fuga** es cuando una persona se aleja de un entorno seguro y no tiene las habilidades o capacidades cognitivas para regresar de manera **segura**. Es una forma de comunicación que quieren, necesitan o no quieren algo.

Según la Asociación de Alzheimer, **seis de cada diez** personas que viven con demencia se fugarán **al menos una vez**.

Estar **preparado** puede reducir la **frecuencia**, mejorar las **tasas de supervivencia** y ayudar a todos a estar listos para **responder a una emergencia**.

Factores de riesgo personales

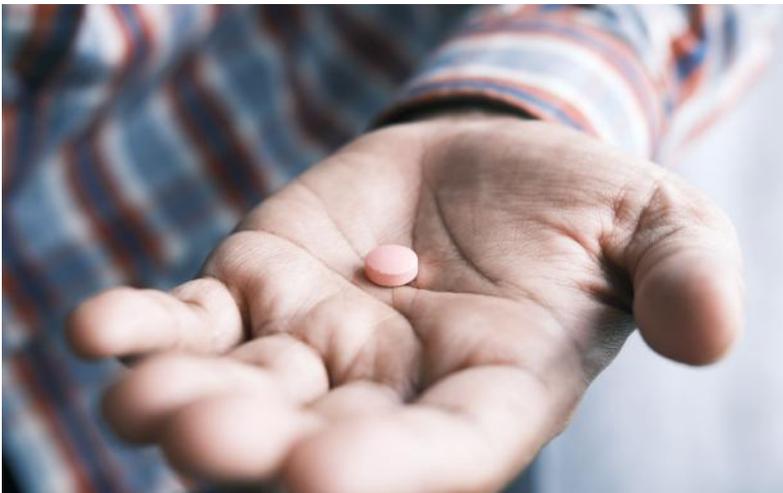
Ciertos factores pueden aumentar el riesgo de que una persona se fugue. Conocer estos factores puede ayudarlo a ser proactivo para mantenerlos seguros.

- Un diagnóstico de demencia
- Diagnóstico de moderado a grave
- Historia de la fuga
- Alto nivel de movilidad física y actividad
- Cambio reciente de medicación
- Vida social o laboral ocupada que los llevaba regularmente fuera del hogar antes del diagnóstico



Factores de riesgo ambientales

- Te mudaste recientemente a una nueva casa y quieres "volver a casa"
- Visitar una zona desconocida
- Cambio en la rutina
- Falta de actividades atractivas
- Poca o ninguna supervisión
- No hay barrera física para mantenerlos en un lugar seguro
- No hay alarmas ni sensores que funcionen



Puesta de sol

¿Qué es?

El **ocaso** es un estado de confusión que ocurre al final de **la tarde y se extiende hasta la noche**. Los síntomas incluyen aumento de la confusión, ansiedad, agresión, ignorar instrucciones, caminar de un lado a otro o deambular.

Hasta **2/3 de las personas con demencia** experimentarán síntomas de ocaso.

¿Por qué sucede?

El ocaso puede ser desencadenado por:

1. Fatiga por tratar de mantenerse al día con un entorno desconocido o confuso
2. Poca luz y sombras que se malinterpretan y causan agitación
3. Alteración del reloj interno del cuerpo
4. Dificultad para separar la realidad de los sueños
5. Presencia de una infección, como una infección del tracto urinario



Prevención

1. Limite las siestas diurnas
2. Limite la cafeína y el azúcar a las horas de la mañana
3. Mantenga una rutina predecible para la hora de acostarse, despertarse, las comidas y las actividades
4. Planifique actividades y exposición a la luz durante el día para fomentar la somnolencia nocturna
5. En un entorno desconocido, lleva objetos familiares, como fotografías, para crear un ambiente más relajado y familiar
6. Por la noche, trate de reducir el ruido de fondo y las actividades estimulantes como la televisión
7. Pon música suave y familiar por la noche o sonidos relajantes de la naturaleza

Tecnología locativa

La fuga es un incidente sensible al tiempo.

La mayoría de las personas caminan a unas 3 millas por hora. Esto significa que en solo **10 minutos** alguien podría estar a **media milla** de distancia de su punto de partida. En **20 minutos**, pueden estar a **una milla** de distancia.

La demencia puede desactivar las señales que les dicen que deben dejar de caminar, como sentir hambre o necesitar ir al baño.



Encuentre lo que funciona para usted

Los equipos de localización vienen en diferentes formas, siendo las más comunes las pulseras y los llaveros. Los dispositivos también se pueden colocar en hebillas de cinturones, bolsos, camisetas interiores, bolsas impermeables y cordones.

Otras opciones preventivas incluyen sensores de movimiento en las puertas delanteras y traseras, cámaras de vigilancia o cercas cerradas alrededor de la propiedad para alertarlo si intentan alejarse.

Comunícate con la policía local o el departamento del alguacil y pregúntales si tienen relaciones con alguna opción de dispositivo de ubicación: pueden responder más rápido si están familiarizados con los dispositivos.

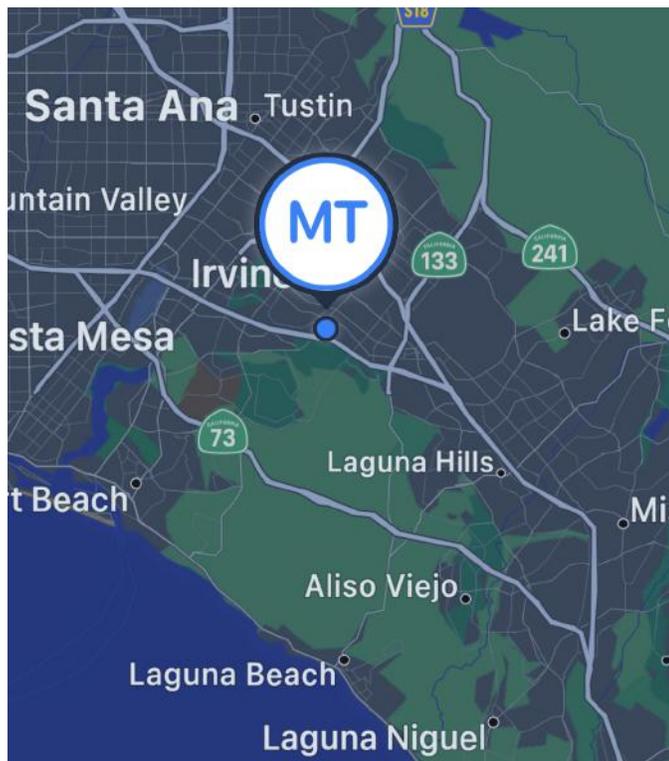
Tecnología locativa

No hay una respuesta correcta cuando se trata de tecnología de rastreo: todos tienen diferentes necesidades y preferencias.

Algunas personas tolerarán un brazalete, otras no. Algunos necesitarán un dispositivo resistente al agua, otros no.

Algunos pueden estar desprotegidos mientras el dispositivo se está cargando, otros no.

¡Lo mejor que puedes hacer es evaluar lo que podría funcionar y probarlo!



Pregúntate a ti mismo

- ¿Es parte de un enfoque multinivel de la seguridad?
- ¿Es posible el geofencing?
- ¿Es fácilmente desmontable?
- ¿Les molestará?
- ¿Cuál es la duración de la batería?
- ¿Con qué frecuencia necesita una carga?
- ¿Es resistente al agua?
- ¿Puede transmitirse bajo el agua?
- ¿Necesito estar cerca para captar la señal de seguimiento?
- ¿Depende del servicio celular?
- ¿Hay una buena cobertura cerca de mí?
- ¿Está hecho específicamente para sus necesidades?
- ¿Se conecta con los servicios de emergencia?
- ¿Puede hacer preguntas al fabricante?
- ¿Cuánto cuesta? ¿Cuotas de suscripción?



Buscar mi teléfono es una función de los dispositivos Apple y Android. La función "encontrar mi teléfono" utiliza tecnología GPS para localizar dispositivos perdidos. Esta función puede ser útil si su ser querido tiene un teléfono con él en el momento de la fuga.



Apple Airtag es un dispositivo discreto que se puede enganchar al bolso, la mochila o la trabilla del cinturón de sus seres queridos. Para utilizar esta función, habilite los servicios de ubicación en la configuración.



Project Lifesaver ofrece equipos de localización portátiles que pueden reducir drásticamente el tiempo de búsqueda. El 95% de los participantes de Project Lifesaver que desaparecen son localizados en menos de 30 minutos.



AngelSense ofrece un kit que incluye un dispositivo GPS, una llave magnética, una funda de uso y un teléfono con altavoz mejorado. Se puede sujetar fácilmente a la ropa, dentro de los bolsillos y bolsos.

MedicAlert ofrece grabados personalizados en todos los productos de identificación médica. El grabado debe incluir cualquier información médica crítica para mejorar la comunicación con los socorristas.



Vivint, una empresa de seguridad para el hogar y tecnología para el hogar inteligente, ofrece un sistema que ayuda a las familias con necesidades especiales a mantener seguros a sus hijos. Vivint Gives Back adapta los sistemas domésticos inteligentes para satisfacer las necesidades únicas de cada familia a un precio que pueden pagar.



AliMed, ofrece dispositivos de prevención de fugas, incluyendo protectores de puertas y alarmas de puertas/ventanas. El protector de puerta de AliMed es una alarma activada por cable que se puede conectar a un atasco de puerta con un velcro.

Si se fugan...

1

¡Llame al 9-1-1 inmediatamente!
Sé sincero sobre cuánto tiempo han estado desaparecidos.
Solicite un oficial capacitado en CIT.

2

Da una foto actual.
Proporcione información situacional que pueda ayudar.
Proporcione información sobre la personalidad que pueda ayudar.

3

Continúe buscando en su casa y propiedad.
Cooperar con las fuerzas del orden, según se solicite.
Mantenga a alguien en su última ubicación conocida en caso de que regrese.

4

Activar y monitorizar el dispositivo locativo.
Revisa las imágenes de las cámaras de seguridad de tu vecindario y de otras imágenes de ellas.
Pide información y ayuda a los vecinos.

5

Utiliza las redes sociales, como Nextdoor, para obtener ayuda de la comunidad.
Solicite una Alerta Amber o una Alerta Plateada.
Continúe la búsqueda.

Información personal



Proporcione esta información a la policía si se fugan.

Nombre completo: _____

Apodo: _____

Dirección: _____

DOB: _____ Altura: _____ Peso: _____

Raza: _____ Sexo: _____

Color de cabello: _____ Color de ojos: _____

Identificación de marcas, cicatrices, tatuajes: _____

¿Verbal? Sí No ¿Audición? Sí No

Idioma preferido: _____

Condiciones médicas: _____

Medicamentos: _____

Identificación médica: _____ Dispositivo de localización: _____

Marca del vehículo: _____ Modelo de vehículo: _____ Año del vehículo: _____

¿Miedo a la policía? Sí No Comentarios: _____

Lugares favoritos para ir: _____

Música, temas o intereses favoritos: _____

Juguetes, temas o intereses favoritos: _____

Información adicional: _____



Contactos de emergencia



Asegúrese de anotar su información, además de la de vecinos, familiares y amigos locales, médicos, maestros y cualquier otra persona que pueda ayudar en la búsqueda.

Nombre: _____ Relación: _____
Teléfono: _____ Teléfono alternativo: _____
Dirección: _____

Nombre: _____ Relación: _____
Teléfono: _____ Teléfono alternativo: _____
Dirección: _____

Nombre: _____ Relación: _____
Teléfono: _____ Teléfono alternativo: _____
Dirección: _____

Nombre: _____ Relación: _____
Teléfono: _____ Teléfono alternativo: _____
Dirección: _____

Nombre: _____ Relación: _____
Teléfono: _____ Teléfono alternativo: _____
Dirección: _____

Registro de fugas



Registre la información sobre sus fugas para ayudar a encontrarlos más rápido la próxima vez.

Fuga		Recuperación	
Fecha:	Hora:	Fecha:	Hora:
Lugar de salida:		Ubicación encontrada:	
A pie <input type="checkbox"/> Vehículo <input type="checkbox"/> Bicicleta <input type="checkbox"/> Otro:		Distancia recorrida:	
Evento desencadenante:		Lesiones:	
Información adicional:			

Fuga		Recuperación	
Fecha:	Hora:	Fecha:	Hora:
Lugar de salida:		Ubicación encontrada:	
A pie <input type="checkbox"/> Vehículo <input type="checkbox"/> Bicicleta <input type="checkbox"/> Otro:		Distancia recorrida:	
Evento desencadenante:		Lesiones:	
Información adicional:			

Registro de fugas



Registre la información sobre sus fugas para ayudar a encontrarlos más rápido la próxima vez.

Fuga		Recuperación	
Fecha:	Hora:	Fecha:	Hora:
Lugar de salida:		Ubicación encontrada:	
A pie <input type="checkbox"/> Vehículo <input type="checkbox"/> Bicicleta <input type="checkbox"/> Otro:		Distancia recorrida:	
Evento desencadenante:		Lesiones:	
Información adicional:			

Fuga		Recuperación	
Fecha:	Hora:	Fecha:	Hora:
Lugar de salida:		Ubicación encontrada:	
A pie <input type="checkbox"/> Vehículo <input type="checkbox"/> Bicicleta <input type="checkbox"/> Otro:		Distancia recorrida:	
Evento desencadenante:		Lesiones:	
Información adicional:			

Aviso de STOP

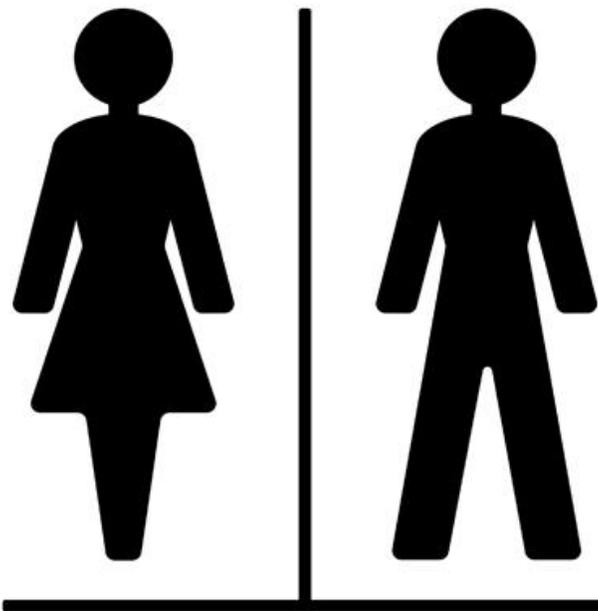
Recórtalos y pégalos a puertas y ventanas para que sea una señal visual de que no te vayas.



Aviso

Recórtalos y pégalos a puertas y ventanas para que sea una señal visual de que no te vayas.

RESTROOM



RESTROOM



Ser la mejor versión de ti mismo

Cuidarse a sí mismo le permite ser un gran cuidador. Si está agotado, agotado y agotado, no puede brindarle el nivel de atención que necesitan.

Las plantas necesitan agua, los automóviles necesitan gasolina, los teléfonos necesitan una carga y usted necesita cuidado personal para mantenerse en marcha. Tal vez necesites una persona con quien hablar, tal vez te vendrían bien unas horas libres, o tal vez necesites una actividad regular para distraerte del estrés del cuidado.

Lo que sea que funcione para ti, incorpóralo a tu rutina. Solo puedes dar lo que tienes. Por lo tanto, lo mejor para todos es asegurarse de que no se está quedando sin nada.

No te sientas culpable por tomarte el tiempo para relajarte y descansar. Volverá a cuidar sintiéndose renovado y listo para manejar los negocios.



Ideas para el manejo del estrés



Social

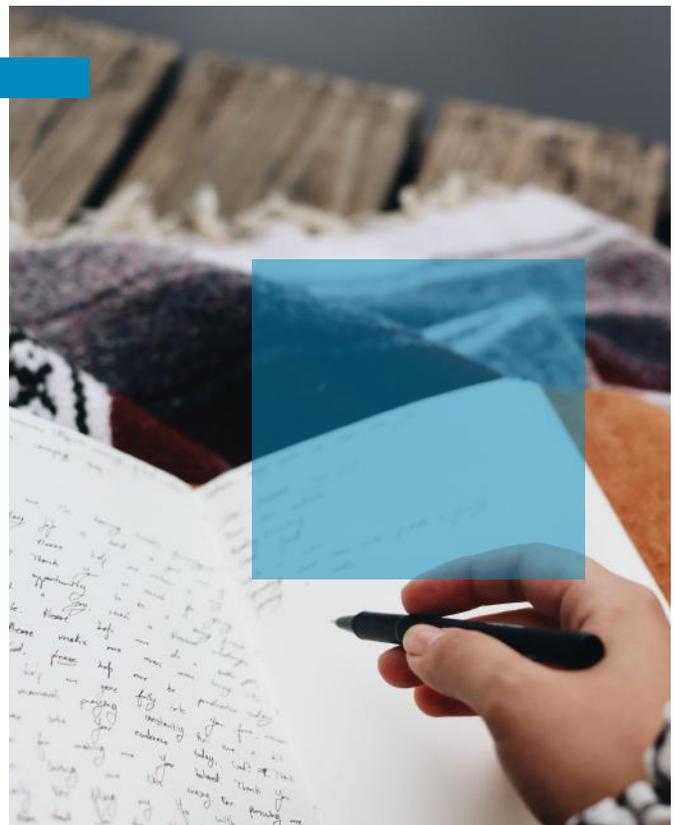
- Llamar a alguien para chatear
- Llamada de Zoom con amigos o familiares
- Comer algo con un amigo
- Únete a un grupo de apoyo en tu área
- Únete a una comunidad en línea de apoyo

Físico

- Practica ejercicios de respiración
- Dar un paseo por la mañana o por la tarde
- Hacer ejercicio en casa o en el gimnasio
- Ir de excursión o a caminar por la playa

Actividades

- Escribe un diario sobre tu estrés
- Escribe una lista de las cosas por las que estás agradecido
- Trabajar en un proyecto de manualidades o pasatiempos
- Mira algo que te anime
- Pon tus canciones favoritas
- Toma una siesta
- Pasar tiempo con los animales
- Escuchar un podcast o audiolibro
- Cómprate un capricho





GET SAFE®
Tustin, CA
714-834-0050
info@getsafeusa.com
www.getsafeusa.com