



Factores de riesgo (tabla checklist)

Prioridades: A = Alta (corregir inmediatamente) | M = Media (corregir en 1-2 semanas) | B = Baja (corregir cuando sea posible)

| ÁREA | RIESGO | PRESENTE | PRIORIDAD | ACCIÓN | RESP | FECHA | HECHO |
|-------------------|---|--------------------------|---------------------------|---------------------------------|-----------|------------------------------------|--------------------------|
| Recámara | Ruta cama-baño sin luz nocturna | <input type="checkbox"/> | <div>-</div> <div>▼</div> | Ej: Instalar luz LED... | Nombre... | <div>dd/mm/aaaa</div> <div>📅</div> | <input type="checkbox"/> |
| | Interruptor lejos de la cama | <input type="checkbox"/> | <div>-</div> <div>▼</div> | Ej: Lámpara de mesa... | Nombre... | <div>dd/mm/aaaa</div> <div>📅</div> | <input type="checkbox"/> |
| | Cama muy alta/baja (no llega con rodilla) | <input type="checkbox"/> | <div>-</div> <div>▼</div> | Ej: Ajustar altura... | Nombre... | <div>dd/mm/aaaa</div> <div>📅</div> | <input type="checkbox"/> |
| | Tapete suelto junto a la cama | <input type="checkbox"/> | <div>-</div> <div>▼</div> | Ej: Fijar o quitar... | Nombre... | <div>dd/mm/aaaa</div> <div>📅</div> | <input type="checkbox"/> |
| Pasillos | Cables cruzando el paso | <input type="checkbox"/> | <div>-</div> <div>▼</div> | Ej: Canaletas o reubicación... | Nombre... | <div>dd/mm/aaaa</div> <div>📅</div> | <input type="checkbox"/> |
| | Objetos en el suelo (zapatos/cajas) | <input type="checkbox"/> | <div>-</div> <div>▼</div> | Ej: Organizar y guardar... | Nombre... | <div>dd/mm/aaaa</div> <div>📅</div> | <input type="checkbox"/> |
| | Desniveles sin contraste | <input type="checkbox"/> | <div>-</div> <div>▼</div> | Ej: Cinta reflectante... | Nombre... | <div>dd/mm/aaaa</div> <div>📅</div> | <input type="checkbox"/> |
| Sala/Comedor | Sillas con ruedas o sin apoyabrazos | <input type="checkbox"/> | <div>-</div> <div>▼</div> | Ej: Cambiar por silla fija... | Nombre... | <div>dd/mm/aaaa</div> <div>📅</div> | <input type="checkbox"/> |
| | Mesas con puntas a altura de cadera | <input type="checkbox"/> | <div>-</div> <div>▼</div> | Ej: Protectores de esquina... | Nombre... | <div>dd/mm/aaaa</div> <div>📅</div> | <input type="checkbox"/> |
| | Tapete central que tropieza | <input type="checkbox"/> | <div>-</div> <div>▼</div> | Ej: Quitar o fijar bien... | Nombre... | <div>dd/mm/aaaa</div> <div>📅</div> | <input type="checkbox"/> |
| Baño | Sin barras de apoyo en WC/regadera | <input type="checkbox"/> | <div>-</div> <div>▼</div> | Ej: Instalar barras... | Nombre... | <div>dd/mm/aaaa</div> <div>📅</div> | <input type="checkbox"/> |
| | Sin tapete antideslizante dentro/fuera | <input type="checkbox"/> | <div>-</div> <div>▼</div> | Ej: Comprar tapetes... | Nombre... | <div>dd/mm/aaaa</div> <div>📅</div> | <input type="checkbox"/> |
| | Piso húmedo frecuente | <input type="checkbox"/> | <div>-</div> <div>▼</div> | Ej: Mejorar ventilación... | Nombre... | <div>dd/mm/aaaa</div> <div>📅</div> | <input type="checkbox"/> |
| | Agua muy caliente (sin tope/mezcladora) | <input type="checkbox"/> | <div>-</div> <div>▼</div> | Ej: Regular calentador... | Nombre... | <div>dd/mm/aaaa</div> <div>📅</div> | <input type="checkbox"/> |
| Cocina | Alfombrillas/trapos que resbalan | <input type="checkbox"/> | <div>-</div> <div>▼</div> | Ej: Base antideslizante... | Nombre... | <div>dd/mm/aaaa</div> <div>📅</div> | <input type="checkbox"/> |
| | Alacenas muy altas/bajas (trepar/agacharse) | <input type="checkbox"/> | <div>-</div> <div>▼</div> | Ej: Reorganizar objetos... | Nombre... | <div>dd/mm/aaaa</div> <div>📅</div> | <input type="checkbox"/> |
| | Fugas/goteos que hacen charcos | <input type="checkbox"/> | <div>-</div> <div>▼</div> | Ej: Reparar plomería... | Nombre... | <div>dd/mm/aaaa</div> <div>📅</div> | <input type="checkbox"/> |
| Escaleras/Entrada | Sin barandal firme a ambos lados | <input type="checkbox"/> | <div>-</div> <div>▼</div> | Ej: Instalar barandales... | Nombre... | <div>dd/mm/aaaa</div> <div>📅</div> | <input type="checkbox"/> |
| | Bordes sin cinta antideslizante | <input type="checkbox"/> | <div>-</div> <div>▼</div> | Ej: Aplicar cinta... | Nombre... | <div>dd/mm/aaaa</div> <div>📅</div> | <input type="checkbox"/> |
| | Objetos en escalones | <input type="checkbox"/> | <div>-</div> <div>▼</div> | Ej: Limpiar y organizar... | Nombre... | <div>dd/mm/aaaa</div> <div>📅</div> | <input type="checkbox"/> |
| | Poca luz en descansos/entrada | <input type="checkbox"/> | <div>-</div> <div>▼</div> | Ej: Mejorar iluminación... | Nombre... | <div>dd/mm/aaaa</div> <div>📅</div> | <input type="checkbox"/> |
| Medicamentos | Pastillas mezcladas o sin etiqueta | <input type="checkbox"/> | <div>-</div> <div>▼</div> | Ej: Separar y etiquetar... | Nombre... | <div>dd/mm/aaaa</div> <div>📅</div> | <input type="checkbox"/> |
| | Sin pastillero/fechas de caducidad | <input type="checkbox"/> | <div>-</div> <div>▼</div> | Ej: Comprar pastillero... | Nombre... | <div>dd/mm/aaaa</div> <div>📅</div> | <input type="checkbox"/> |
| Exterior/Patio | Superficie irregular/piedras sueltas | <input type="checkbox"/> | <div>-</div> <div>▼</div> | Ej: Nivelar superficie... | Nombre... | <div>dd/mm/aaaa</div> <div>📅</div> | <input type="checkbox"/> |
| | Poca luz nocturna en acceso | <input type="checkbox"/> | <div>-</div> <div>▼</div> | Ej: Instalar luz exterior... | Nombre... | <div>dd/mm/aaaa</div> <div>📅</div> | <input type="checkbox"/> |
| General | Calzado inadecuado (pantufas abiertas) | <input type="checkbox"/> | <div>-</div> <div>▼</div> | Ej: Comprar calzado cerrado... | Nombre... | <div>dd/mm/aaaa</div> <div>📅</div> | <input type="checkbox"/> |
| | Sin timbre/botón para pedir ayuda | <input type="checkbox"/> | <div>-</div> <div>▼</div> | Ej: Instalar botón de pánico... | Nombre... | <div>dd/mm/aaaa</div> <div>📅</div> | <input type="checkbox"/> |

Revisa cada semana y corrige lo prioritario primero

Pequeñas correcciones hoy evitan grandes lesiones mañana