

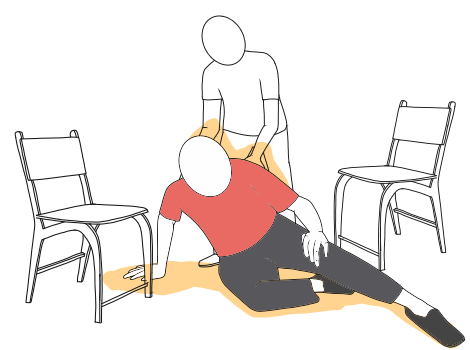
# SI UNA PERSONA SE CAE, AYÚDELA A LEVANTARSE

*Es importante que se levante por su cuenta;  
deje que lo haga, pero guiándola. Si lo considera necesario,  
llame al 061 o al 112 o use el dispositivo de telealarma, si lo tiene.*

**1** Calme a la persona que se ha caído y haga que se quede tumbada mientras revisa si tiene lesiones. Pregúntele si puede moverse.



**2** Si puede moverse, ayúdela con suavidad a girarse para descansar. Póngale dos sillas cerca, una a cada lado.



**3** Ayúdela a avanzar a gatas hacia una de las sillas para que pueda ponerse de rodillas. Póngale la otra silla detrás.



**4** Guíela para sentarse en la silla que tiene detrás apoyándose en la de delante.



**5** Haga que descanse si se ha cansado mucho. Mientras, piensen e intenten averiguar por qué se ha caído.

