**Las herramientas de las redes sociales**

¡Gracias por apoyar la Semana de Concienciación para la Prevención de Caídas 2020! Este kit de herramientas ofrece *posts* e imágenes que pueden utilizar para generar interacción y conciencia a través de sus perfiles de redes sociales y mensajes de correo electrónico. Intente seguir estas mejores prácticas cada vez que publique algo:

—Use el signo @ en cada plataforma de redes sociales para etiquetarse a usted mismo y a la NCOA:

o Facebook: <https://www.facebook.com/ncoaging>

o Twitter: <https://www.twitter.com/ncoaging>

o LinkedIn: <https://www.linkedin.com/company/national-council-on-aging/>

—Programe las publicaciones en cada plataforma cuando sea más probable que sus seguidores las vean.

—Utilice el hashtag #FallsFree (#ContraCaídas) en Twitter y LinkedIn para encontrar otras organizaciones y líderes de opinión que hablen sobre la prevención de caídas.

—Adapte las publicaciones que le ofrecemos a continuación, o agregue otras nuevas, que reflejen lo que su organización hará para observar la Semana de Concientización sobre la Prevención de Caídas 2020.

**FACEBOOK**

1. Una cosa no cambió con COVID-19: las caídas NO son una parte normal del envejecimiento. Observe la Semana de Concienciación para la Prevención de Caídas con el Chequeo contra Caídas de @NCOAging. Use lo que aprenda para reducir el riesgo de caídas: [ncoa.org/ChequeoContraCaídas](www.ncoa.org/ChequeoContraCa%C3%ADdas) [imagen promocional]

2. Envejecer no significa que las caídas sean inevitables. ¡Las caídas se pueden prevenir! Averigüe cómo, haciendo un Chequeo contra Caídas en @NCOAging: [ncoa.org/ChequeoContraCaídas](https://ncoa.sharepoint.com/sites/Marcom/Shared%20Documents/FPAD__Falls%20Prevention%20Awareness%20Day/2020-FPAD/2020-FPAD-Translations/www.ncoa.org/ChequeoContraCa%C3%ADdas) [el video funciona mejor con este post]

3. Mantenerse sano y fuerte en casa incluye la prevención de caídas. Conozca sus riesgos y cómo reducirlos haciendo un Chequeo contra Caídas con @NCOAging, luego ¡compártalo y hable sobre esto con sus amistades y familia! [ncoa.org/ChequeoContraCaídas](https://ncoa.sharepoint.com/sites/Marcom/Shared%20Documents/FPAD__Falls%20Prevention%20Awareness%20Day/2020-FPAD/2020-FPAD-Translations/www.ncoa.org/ChequeoContraCa%C3%ADdas) [imagen]

**TWITTER**

1. Ayude a los adultos mayores a vivir sin miedo a caerse. Observe la Semana de Concienciación para la Prevención de Caídas compartiendo el #FallsFree CheckUp (Chequeo #ContraCaídas) de @NCOAging, un nuevo recurso para reducir el riesgo de caídas. [ncoa.org/ChequeoContraCaídas](https://ncoa.sharepoint.com/sites/Marcom/Shared%20Documents/FPAD__Falls%20Prevention%20Awareness%20Day/2020-FPAD/2020-FPAD-Translations/www.ncoa.org/ChequeoContraCa%C3%ADdas) [el video es preferible]

2. Una cosa no cambió con COVID-19: las caídas NO son una parte normal del envejecimiento. Observe la Semana de Concienciación para la Prevención de Caídas con el Chequeo contra Caídas de @NCOAging. Use lo que aprenda para reducir el riesgo de caídas: [ncoa.org/ChequeoContraCaídas](https://ncoa.sharepoint.com/sites/Marcom/Shared%20Documents/FPAD__Falls%20Prevention%20Awareness%20Day/2020-FPAD/2020-FPAD-Translations/www.ncoa.org/ChequeoContraCa%C3%ADdas) [imagen promocional]

3. Obseve la Semana de Concienciación para la Prevención de Caídas recordando a los adultos mayores que las caídas se pueden prevenir. Anime a sus clientes a tomar el Chequeo #ContraCaídas de @NCOAging: [ncoa.org/ChequeoContraCaídas](https://ncoa.sharepoint.com/sites/Marcom/Shared%20Documents/FPAD__Falls%20Prevention%20Awareness%20Day/2020-FPAD/2020-FPAD-Translations/www.ncoa.org/ChequeoContraCa%C3%ADdas) [imagen]

4. Mantenerse sano y seguro en el hogar incluye la prevención de caídas. Ayude a los adultos mayores a conocer y reducir sus riesgos tomando un Chequeo #ContraCaídas de @NCOAging: [ncoa.org/ChequeoContraCaídas](https://ncoa.sharepoint.com/sites/Marcom/Shared%20Documents/FPAD__Falls%20Prevention%20Awareness%20Day/2020-FPAD/2020-FPAD-Translations/www.ncoa.org/ChequeoContraCa%C3%ADdas) [imagen]

5. Las caídas llevan a millones de adultos mayores al hospital cada año. El riesgo de #COVID19 hace que permanecer #FallsFree (#ContraCaídas) sea más importante que nunca. Anime a los adultos mayores a usar la herramienta gratuita de NCOA para reducir el riesgo de caídas: [ncoa.org/ChequeoContraCaídas](https://ncoa.sharepoint.com/sites/Marcom/Shared%20Documents/FPAD__Falls%20Prevention%20Awareness%20Day/2020-FPAD/2020-FPAD-Translations/www.ncoa.org/ChequeoContraCa%C3%ADdas) [imagen]

**LINKEDIN**

1. Ayude a los adultos mayores a vivir sin miedo a caerse. Observe la Semana de Concienciación sobre la Prevención de Caídas compartiendo el #FallsFree CheckUp (Chequeo #ContraCaídas) del @NCOAging (Consejo Nacional sobre el Envejecimiento), un nuevo recurso para reducir el riesgo de caídas. [ncoa.org/ChequeoContraCaídas](https://ncoa.sharepoint.com/sites/Marcom/Shared%20Documents/FPAD__Falls%20Prevention%20Awareness%20Day/2020-FPAD/2020-FPAD-Translations/www.ncoa.org/ChequeoContraCa%C3%ADdas) [el video es preferible]

2. Observe la Semana de Concienciación para la Prevención de Caídas recordando a los adultos mayores que las caídas son prevenibles. Anime a sus clientes a hacerse el #FallsFree CheckUp (Chequeo #ContraCaídas) del @NCOAging: [ncoa.org/ChequeoContraCaídas](https://ncoa.sharepoint.com/sites/Marcom/Shared%20Documents/FPAD__Falls%20Prevention%20Awareness%20Day/2020-FPAD/2020-FPAD-Translations/www.ncoa.org/ChequeoContraCa%C3%ADdas) [el video es preferible para este post]

3. Las caídas llevan a millones de adultos mayores en el hospital cada año. El riesgo de #COVID19 hace que #FallsFree (Chequeo #ContraCaídas) sea más importante que nunca. Anime a los adultos mayores a usar la herramienta gratuita del @NCOAging para reducir el riesgo de caídas: [ncoa.org/ChequeoContraCaídas](https://ncoa.sharepoint.com/sites/Marcom/Shared%20Documents/FPAD__Falls%20Prevention%20Awareness%20Day/2020-FPAD/2020-FPAD-Translations/www.ncoa.org/ChequeoContraCa%C3%ADdas) [imagen]

**CORREO ELECTRÓNICO (EMAIL)**

**Para profesionales:**

**Asunto:** **Recordarles a los adultos mayores que permanecer #FallsFree (#ContraCaídas) es parte de envejecer bien.**

**Mensaje:** COVID-19 ha cambiado muchas cosas, pero hay algo que sigue igual: Las caídas NO son una parte normal del envejecimiento. Acompáñenos en la semana del 21 al 25 de septiembre en un esfuerzo nacional para prevenir las caídas entre los adultos mayores. Comparta el Chequeo #ContraCaídas (Falls Free CheckUp), la herramienta en línea del Consejo Nacional del Envejecimiento, que ofrece una mirada personalizada sobre los factores de riesgo de las personas y explica cómo abordarlos ¡Es una buena manera de acercarse a alguien y mostrarle nuestra preocupación por la salud y la independencia de los adultos mayores!

**Enlace:** [Compartir el chequeo #ContraCaídas](http://www.ncoa.org/ChequeoContraCa%C3%ADdas)

**Para adultos mayores/cuidadores:**

**Asunto: ¡Haga su chequeo Contra Caídas!**

**Mensaje:** COVID-19 ha cambiado muchas cosas, pero hay algo que sigue igual: Las caídas NO son una parte normal del envejecimiento. Acompáñenos en la semana del 21 al 25 de septiembre en un esfuerzo nacional para prevenir las caídas. Utilice el Chequeo #ContraCaídas (Falls Free CheckUp), la herramienta en línea del Consejo Nacional del Envejecimiento, que ofrece una mirada personalizada sobre los factores de riesgo de las personas y explica cómo abordarlos. Luego corra la voz entre sus amigos y familiares ¡Es una buena manera de acercarse a los demás y demostrar que le importa!

**Enlace:** [Haga el chequeo #ContraCaídas](http://www.ncoa.org/ChequeoContraCa%C3%ADdas)