

TÉCNICAS DE MOVILIZACIÓN DE PACIENTES. CAMBIOS DE POSICIÓN.

E 04

METODO PARA DESPLAZAR A UN PACIENTE DE UN LADO AL OTRO DE LA CAMA

Un asistente.

Puntos que deben recordarse:

1. Ajuste la cama a su propia altura, en posición horizontal, quite la almohada.
2. Divida el traslado en tres partes: piernas – parte central - hombros
3. Compense el peso del paciente con su propio peso. Use los músculos de las piernas y de las caderas en lugar de los de la parte superior del cuerpo.
4. Pida al paciente que mire hacia sus pies Con ello aumentará su tensión muscular abdominal y su cooperación será mayor.



Dos asistentes.

Puntos que deben recordarse:

1. Ajusten la cama a su propia altura
2. Compensen el peso del paciente con el suyo
3. Los movimientos de los dos asistentes deben estar sincronizados mientras trasladan al paciente. La comunicación entre ellos es muy importante.



METODO PARA DESPLAZAR HACIA ARRIBA A UN PACIENTE EN LA CAMA

Un asistente.

Puntos que deben recordarse:

1. Ajuste la cama a su propia altura
2. Pida al paciente que flexione una rodilla, mire hacia sus pies y, por último, se impulse con el pie de la pierna flexionada Así aumentará su cooperación
3. Durante el traslado, cargue el peso de su cuerpo de un lado a otro mientras mantiene recta al espalda



Dos asistentes.

Puntos que deben recordarse:

1. Pidan al paciente que coloque las manos en la parte superior de la cama y tire del borde mientras se impulsa con los pies durante el desplazamiento.
2. Durante la operación de levantamiento, utilicen los músculos de las piernas y las caderas, en lugar de los músculos de la parte superior del cuerpo, inclinándose primero y enderezando lentamente las rodillas después.
3. Los movimientos de los dos asistentes deben estar sincronizados mientras trasladan al paciente. La comunicación entre ellos es muy importante.



METODO PARA DESPLAZAR HACIA ARRIBA A UN PACIENTE EN LA SILLA

Un asistente.

Puntos que deben recordarse:

1. Antes de empezar, asegúrese que la silla esta frenada en caso de ser silla con ruedas, y que los pies del paciente están lo más cerca posible de la silla.
2. Pida al paciente que se incline hacia delante todo lo que pueda (le será más fácil si coloca los brazos en su propia cintura)
3. Pida al paciente que se incline hacia delante y se impulse con las piernas durante el traslado. Así resultará más fácil levantarlo
4. Durante la operación de levantamiento, utilicen los músculos de las piernas y las caderas, en lugar de los músculos de la parte superior del cuerpo, inclinándose primero y enderezando lentamente las rodillas después.
5. Durante el traslado, carguen el peso de su cuerpo de un lado a otro mientras mantienen recta la espalda.
6. Si la manipulación la realizan dos asistentes deben estar sincronizados mientras trasladan al paciente, la comunicación entre los dos asistentes es muy importante.



Dos asistentes.

Puntos que deben recordarse:

1. Durante la operación de levantamiento, utilicen los músculos de las piernas y las caderas, en lugar de los músculos de la parte superior del cuerpo, inclinándose primero y enderezando lentamente las rodillas después
2. Durante el traslado, carguen el peso de su cuerpo de un lado a otro mientras mantienen recta al espalda
3. Los movimientos de los dos asistentes deben estar sincronizados mientras trasladan al paciente. La comunicación entre los dos asistentes es muy importante.



UTILIZACIÓN DE DISPOSITIVOS DE AYUDA PEQUEÑOS, PARA LA MOVILIZACIÓN MANUAL DE PACIENTES

Los métodos mencionados con anterioridad pueden acompañarse con la utilización de pequeños dispositivos de ayuda para las operaciones de movilización manual de pacientes:

1. Barra trapezoidal
2. Tabla o sábana deslizante



BIBLIOGRAFIA: Real Decreto 487/1997, de 14 de Abril. y (BOE número 97, de 23 de Abril 1997) " Manipulación Manual de Cargas". **Agencia Europea para la Seguridad y la Salud en el Trabajo** - <http://osha.europa.eu> E Facts 28