



MOVILIZACIÓN Y TRASLADO PROGRAMADO DE PACIENTES EN AMBITO EXTRAHOSPITALARIO

PRINCIPIOS DE MECANICA CORPORAL

- ESPALDA RECTA
- PIERNAS FLEXIONADAS
- CARGA CERCA DEL CUERPO
- PRESAS CONSISTENTES
- PIES SEPARADOS,
UNO EN DIRECCIÓN AL MOVIMIENTO
- CONTRAPESO DEL CUERPO
- UTILIZACIÓN DE APOYOS

RECEPCIÓN EN EL DOMICILIO

DE LA CAMA A LA SILLA DE LA AMBULANCIA:

PACIENTE SEMIDDEPENDIENTE

- **SENTAR AL BORDE DE LA CAMA:** (una persona)
Agarrar en forma de abrazo
Un pie en dirección al movimiento
- **DE LA CAMA A LA SILLA:** (una persona)
Acercar el peso a nuestro cuerpo
Piernas flexionadas, una en dirección al movimiento
Bloquear la pierna del paciente con nuestra rodilla y pie

PACIENTE DEPENDIENTE

- **INCORPORAR EN LA CAMA:** (una o dos personas)
Pasar los brazos por la espalda haciendo una presa consistente
Espalda recta
Una pierna de apoyo sobre la cama
Hacer la fuerza de la pierna de la cama a la otra
- **DE LA CAMA A LA SILLA:** (dos personas)
Uno agarra de tórax y otro de piernas
Presa consistente con los antebrazos
Piernas flexionadas, una en dirección al movimiento





DE LA BUTACA A LA SILLA DE LA AMBULANCIA

PACIENTE SEMIDPENDIENTE (una persona)

Sentar al borde de la butaca

Bloquear la pierna del paciente con nuestra rodilla y pie

Acercar el peso a nuestro cuerpo

Piernas flexionadas, una en dirección al movimiento

PACIENTE DEPENDIENTE (dos personas)

Uno agarra de tórax y el otro de las piernas

Presa consistente con los antebrazos

Piernas flexionadas, una en dirección al movimiento

INCORPORAR EN LA SILLA (una persona)

DESDE LA PARTE POSTERIOR:

Se hecha a la persona hacia delante

Presa consistente con los antebrazos

Fuerza con las piernas y la espalda arqueada

El movimiento es hacia atrás y hacia arriba estirando la espalda

BAJAR-SUBIR ESCALERAS

CON LA SILLA DE LA AMBULANCIA:

Uno en los pies y el otro en el respaldo

Baja primero el de los pies de cara a las escaleras dando la espalda a la silla

Sube primero el del respaldo de cara a las escaleras dando la espalda a la silla

ANDANDO CON NUESTRA AYUDA:

Nos ponemos en el lado bueno del paciente como si fuéramos la barandilla

Para subir primero la buena y luego la mala

Nos ponemos en el peldaño de la buena y con un balanceo le ayudamos a subir la mala

Para bajar primero la mala y luego la buena

Nos ponemos un peldaño mas abajo y le ayudamos a bajar





SUBIR A LA AMBULANCIA

DE LA SILLA DE LA AMBULANCIA A LA CAMILLA

PACIENTE SEMIDPENDIENTE (una persona)

- Bajar las patas traseras de la camilla
- Bloquear la pierna del paciente con nuestra rodilla y pie
- Acercar el peso a nuestro cuerpo
- Piernas flexionadas, una en dirección al movimiento

PACIENTE DEPENDIENTE (dos personas)

- Bajamos las cuatro patas o solo las de atrás
- Uno agarra del tórax y el otro de las piernas
- Presa consistente con los antebrazos
- Piernas flexionadas, una en dirección al movimiento

SUBIR A LA PERSONA ANDANDO:

- Primero la buena y luego la mala
- Notros ayudamos desde atrás

LLEGADA AL CENTRO HOSPITALARIO

BAJAR- SUBIR LA CAMILLA:

- Una pierna estirada hacia atrás y la otra flexionada
- Hacer la fuerza con piernas y brazos apoyando la camilla en ellos

BAJAR A LA PERSONA ANDANDO:

- Baja de espaldas
- Primero la mala y luego la buena
- Notros ayudamos desde atrás





DE LA CAMILLA DE LA AMBULANCIA A LA SILLA DE RUEDAS:

PACIENTE SEMIDEPENDIENTE (una persona)

- Bajamos las patas de atrás
- Lo sentamos al borde e la camilla
- Bloqueamos la pierna del paciente con nuestra rodilla y pie
- Acercar el peso a nuestro cuerpo
- Piernas flexionadas, una en dirección al movimiento

PACIENTE DEPENDIENTE (dos personas)

- Uno agarra del tórax y el otro de las piernas
- Presa consistente con los antebrazos
- Piernas flexionadas, una en dirección al movimiento

DE LA CAMILLA DE LA AMBULANCIA A LA CAMILLA DEL HOSPITAL:

- Ponemos las dos camillas en paralelo
- Usaremos la tabla del hospital
- Se le gira hacia un lado y se le introduce la tabla
- Deslizaremos al paciente sobre la tabla

DE LA SILLA DE LA AMBULANCIA A LA SILLA DE RUEDAS:

PACIENTE SEMIDEPENDIENTE (una persona)

- Le sentamos al borde de la silla
- Bloqueamos la pierna del paciente con nuestra rodilla y pie
- Acercamos el peso a nuestro cuerpo
- Piernas flexionadas, una en dirección al movimiento

PACIENTE DEPENDIENTE (dos personas)

- Uno agarra del tórax y el otro de las piernas
- Presas consistentes con los antebrazos
- Piernas flexionadas, una en dirección al movimiento





MANEJO DE LA SILLA DE RUEDAS

SUBIR RAMPAS:

La persona de frente a la rampa
Nosotros empujamos desde atrás

BAJAR RAMPAS:

La persona baja de espaldas a la rampa
Nosotros detrás de la silla, de espaldas a la rampa
Bajamos frenando la silla

SUBIR ESCALONES:

De espaldas al escalón
Levantamos las ruedas de adelante y tiramos de la silla

BAJAR ESCALONES:

De espaldas al escalón
Sujetando la silla la dejamos caer

