

# PROTOCOLO

## MOVILIZACION DEL PACIENTE

EMPRESA SOCIAL DEL ESTADO  
HOSPITAL SAN JOSE DE MAICAO

MAICAO, LA GUAJIRA



# TABLA DE CONTENIDO

I. DEFINICION.....	3
II. OBJETIVO.....	3
III. PRINCIPIOS DE MECANICA CORPORAL .....	3
IV. FORMAS DE LEVANTAR AL PACIENTE Y AYUDARLO A MOVER.....	4
V. TRASLADO DEL PACIENTE DE LA CAMA A LA CAMILLA.....	5
BIBLIOGRAFIA	
ELABORACION Y CONTROL DE CAMBIOS	



## I. DEFINICION

Es el procedimiento mediante el cual se cambia de posición al paciente en forma correcta, teniendo en cuenta los principios de mecánica corporal, Esta movilización previene la aparición de úlceras por zonas de presión en algunas áreas del cuerpo del paciente.

## II. OBJETIVO

- Facilitar las acciones del paciente y del equipo de enfermería.
- Prevenir úlceras por decúbito.

## III. PRINCIPIO DE MECANICA CORPORAL

### Definición:

Son los principios del movimiento corporal que pueden servir de guía para facilitar las acciones del paciente y del equipo encargado de movilizar a los mismos (médicos, enfermeras, auxiliares de enfermería, camilleros).

### Principios científicos:

- El movimiento activo produce contracción de los músculos.
- Los músculos se encuentran siempre en ligera contracción.
- La estabilidad de un objeto es mayor cuando tiene una base de sustentación ancha y un centro de gravedad bajo cuando desde el centro de gravedad cae una línea perpendicular dentro de la base de sustentación.
- El esfuerzo requerido para mover un cuerpo depende tanto de la resistencia de éste como de la alteración de la gravedad.
- La fuerza requerida para conservar el equilibrio de un cuerpo depende tanto de la resistencia de éste como de la alteración de la gravedad
- La fuerza requerida para conservar el equilibrio de un cuerpo es mayor cuando la línea de gravedad se aparta del centro de la base de sustentación.
- Los cambios de posición y de actividad contribuyen a conservar el tono muscular y evitar la fatiga.
  
- La fricción entre un objeto y la superficie sobre lo que se mueve afecta necesariamente el trabajo para moverlo, empujar o deslizar un objeto requiere menos esfuerzo que levantarlo porque esto implica un movimiento contrario a la gravedad.
- Algunos dispositivos mecánicos reducen el trabajo requerido en el movimiento.

### Precauciones



- Póngase al lado del paciente y aprecie el trabajo que va a desempeñar, no trate de levantar ninguna cosa solo. Si tiene alguna duda respecto a su trabajo o capacidad para hacerlo, pida ayuda.
- Revise los pies. Ellos deben estar firmes y seguros, separados para dar base y soporte. Párese cerca del trabajo que tiene que realizar.
- Mantenga la espalda recta, doble las rodillas, caderas y tobillos y suspenda con fuerza sus piernas.
- Respire profundo y luego apriete los músculos del abdomen para estabilizar la pelvis en la posición apropiada.
- Mantenga el peso que ha levantado cerca del cuerpo.
- Levántese suavemente, los tirones rápidos y fuertes conducirán a tensión. No se estire demasiado para alcanzar un objeto. Mantenga sus brazos a una altura natural con los codos cerca del cuerpo.
- Ponga un pie delante del otro. Mueva el peso, al movimiento de su cuerpo de un pie a otro.
- No retuerza su cuerpo. Cambie la posición de los pies en vez de torcer su cuerpo.
- Aminore el dolor y tensión. Sea eficiente con menos energías.
- Utilice los principios de mecánica corporal y evite posibles traumas osteomusculares.

## IV. FORMAS DE LEVANTAR AL PACIENTE Y AYUDARLO A MOVER

### Forma de ayudar al paciente a moverse hacia el borde de la cama:

- Colóquese de pies frente al paciente, en el lado de la cama hacia el cual desea moverlo.
- Adopte una postura firme con una pierna delante de la otra, con las rodillas y caderas flexionadas, de manera que sus brazos queden a nivel de la cama.
- Coloque uno de sus brazos debajo de la nuca y los hombros del paciente y el otro debajo de la cintura de éste.
- Descargue el peso de su cuerpo en el pie colocado en la parte posterior, balancee su cuerpo hacia atrás agachándose y acerque al paciente hacia el borde de la cama. Agáchese al retroceder.
- Pase la parte media del paciente, colocando un brazo por debajo de la cintura y otro por debajo de los muslos de él.
- Pase luego las piernas y los pies, en la misma forma.

### Forma de levantar los hombros del paciente que no puede hacerlo por sí mismo.

- Colóquese de pies junto a la cama, de lado y de cara al paciente.
- El pie que queda más cerca de la cama, debe quedar por detrás del otro.
- Pase su brazo más alejado del paciente sobre el hombro más cercano y asegure su mano entre los omoplatos de éste.
- Balancéese hacia atrás, asentando todo su peso en el pie que tiene colocado en la parte posterior, baje las caderas en sentido vertical y levante simultáneamente al paciente.

### Forma de levantar los hombros del paciente incapacitado parcialmente.

- Colóquese de pies junto a la cama, de cara a la cabeza del paciente.
- Su pie más cercano a la cama queda colocado en la parte posterior.
- Doble las rodillas y coloque el brazo cercano a la cama, al nivel de ésta.
- Apoye el codo en la cama y tome el brazo del paciente por detrás y encima del codo y haga que el sujete su brazo en la misma forma.

- Balancee hacia atrás, descargando su peso en el pie colocado en la en la parte posterior y baje las caderas. Su codo debe permanecer apoyado en la cama, para servir de palanca.

#### **Forma de mover el paciente incapacitado hacia la cabecera de la cama:**

- Dé al colchón de la cama, posición horizontal para facilitar su tarea.
- Colóquese frente a la parte superior de la cama, por el lado donde va a trabajar.
- Flexione las rodillas de manera que sus brazos queden al nivel de la cama.
- Inclínese hacia delante y descargue su peso en el pie colocado en la parte posterior, bajando simultáneamente las caderas. En esta forma, el paciente puede deslizarse a través de la cama, hacia arriba y al borde de la misma.
- Pase al otro lado y repita los mismos movimientos hasta dejar cómodo al paciente.

#### **Forma de desplazar el paciente parcialmente incapacitado, hacia lo alto de la cama:**

- Explique al paciente que debe doblar las rodillas y hacer puntapié, si es capaz de ello.
- Baje la cabecera de la cama y coloque la almohada contra la baranda superior, para evitar que el paciente se golpee.
- Colóquese al lado de la cama, voltee un poco hacia la cara del paciente y con uno de los pies delante del otro.
- Pase un brazo por debajo de la espalda y otro por debajo de los muslos del paciente y doble las rodillas para llevar sus brazos hasta el nivel de la cama.
- Haga que el paciente coloque la barbilla sobre el pecho y se tome las manos de la baranda superior de la cama, para ayudar al impulso que hace con los pies.

#### **Forma de ayudar al paciente a ponerse de lado:**

- Colóquese de frente al paciente, por el lado hacia el cual lo va a voltear.
- Doble el brazo del paciente sobre el pecho de éste y la pierna distal sobre la proximal.
- Coloque el brazo proximal del paciente, paralelo al cuerpo de éste, pero un poco separado para evitar que ruede sobre él.
- Pase un brazo por debajo del hombro más lejano del paciente y otro sobre el lado distal de la cadera.
- Desplace su peso sobre el pie colocado posteriormente y haga rodar el paciente hacia usted. Durante este movimiento sus caderas descienden verticalmente.
- Apoye sus codos sobre el borde del colchón mientras asegura al paciente, para evitar que se caiga.

#### **Forma de ayudar al paciente a levantar las caderas**

- Haga que el paciente levante las rodillas y acerque los talones a las caderas.
- Colóquese al lado de la cama frente a las caderas del paciente y adopte una postura firme.
- Doble las rodillas para que sus brazos queden a la altura de la cama coloque una mano sobre la región sacra del paciente, con el codo firmemente apoyado en la cama.
- Agáchese doblando las rodillas y haga palanca con un brazo, para ayudar a levantar las caderas del paciente. Con la mano libre puede colocarle el pato o practicarle masajes en la región glútea.

## V. TRASLADO DEL PACIENTE DE LA CAMA A LA CAMILLA

### Definición:

Es el procedimiento por medio del cual se pasa al paciente a la camilla, cuando su situación clínica lo requiere.

### Objetivos:

- Trasladar al paciente en forma segura.
- Facilitar tratamientos y actividades médicas y de enfermería.

### Precauciones:

- Evitar movimientos bruscos que puedan traumatizar al paciente.
- Respetar la individualidad del paciente.
- Fijar la camilla para que no se ruede en el momento del traslado.
- Colocar la cabeza del paciente sobre el extremo que corresponde a la rueda fija.
- Colocar la cabeza del paciente de tal forma que favorezca la respiración.
- Utilizar la mecánica corporal para evitar esfuerzos innecesarios.
- Pedir colaboración si es necesario.
- Evitar que las extremidades sobresalgan de la camilla.

### Procedimiento

- Afloje el tendido de la cama y dóblelo hacia abajo, dejando la sobresabana y una manta para cubrir al paciente.
- Acerque la camilla teniendo en cuenta que la parte libre de cobijas quede al lado de la cama por lo cual se facilite el traslado del paciente.
- Colóquese una persona al lado de la camilla, otra en el lado opuesto de la cama, y la tercera en la cabecera de la cama o a los pies del paciente; las de los lados recogen la sabana de movimiento hacia el paciente, al nivel del hombro y la cadera; si el paciente está conciente, pídale que se mantenga rígido.
- Haga el traslado en un solo movimiento coordinado, sin descubrir al paciente.
- Retire el tendido de la cama una vez lo ha remplazado por el de la camilla.

### Forma de ayudar al paciente a sentarse en el borde de la cama

- Coloque al paciente de lado en el borde de la cama en el que desee sentarse.
- Asegúrelo para que no se caiga y levante la cabecera de la cama.
- Sostenga al paciente por el hombro con uno de sus brazos, y con el otro ayúdelo a extender la parte inferior de las piernas fuera del borde de la cama.
- 
- Coloque al paciente sentado en el borde de la cama con las piernas colgando. El peso de la persona que ayuda a movilizar al paciente descansa todo en el pié colocado en la parte posterior.
- Coloque almohada si es necesario.
- Deje la cama en orden.
- Conduzca la camilla en tal forma que los pies del paciente vayan hacia delante.

- Colóquese a la cabecera del paciente para manejar la camilla.

***Nota: en caso de pacientes demasiado pesados, inconcientes o cuando la cama o camilla no tiene el mismo nivel, utilice el número de personas necesarias para garantizar la seguridad del paciente.***



## BIBLIOGRAFIA

MANUAL DE ENFERMERIA MEDICO QUIRURGICA. BRUNNER, Edición 2016,  
Editorial Interamericana

PAQUETE INSTRUCCIONAL PARA PREVENIR LAS ULCERAS POR PRESIÓN DEL  
OBSERVATORIO DE CALIDAD DEL MINISTERIO DE SALUD



# ELABORACIÓN Y CONTROL DE CAMBIOS

## ELABORACIÓN INICIAL DEL DOCUMENTO

CONTROL	FECHA	NOMBRE Y APELLIDO	CARGO
REALIZÓ	03/12/2010	ERNESTINA PEÑARANDA P.	COORDINADORA DE ENFERMERIA
REVISÓ	20/12/2010	MABIS MERCADO RUA	LIDER CALIDAD
APROBÓ	20/12/2010	GLORIA MEZA	SUBGERENTE CIENTIFICA

## CONTROL DE CAMBIOS

NOMBRE DEL DOCUMENTO	CÓDIGO	VERSIÓN	FECHA MODIFICACIÓN	MODIFICACIÓN	RESPONSABLE
PROTOCOLO DE MOVILIZACION DEL PACIENTE	HSJM-PTE:013	03	06/06/2022	TODO EL DOCUMENTO	MABIS MERCADO RUA

## REGISTRO DE COMUNICACIÓN DEL DOCUMENTO

NOMBRE Y APELLIDO	CARGO	FIRMA	FECHA
HENRY MARTINEZ VEGA	Subgerente		10/10/2022



