15 FICHA INFORMATIVA

consejos y recomendaciones

Institut Guttmann
HOSPITAL DE NEUROREHABILITACIÓ
Institut Universitari adscrit a la UAB

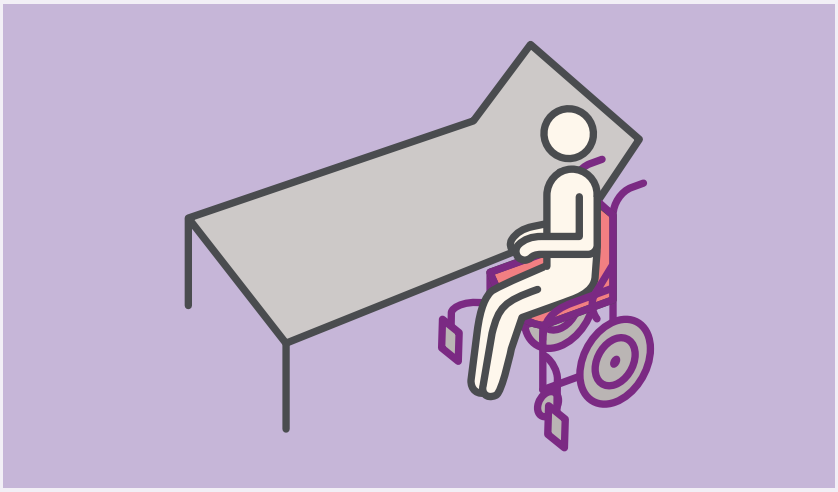
TRANSFERENCIA SILLA DE RUEDAS-CAMA ASISTIDA POR DOS CUIDADORES CON TABLA DE TRANSFERENCIAS

OBJETIVO

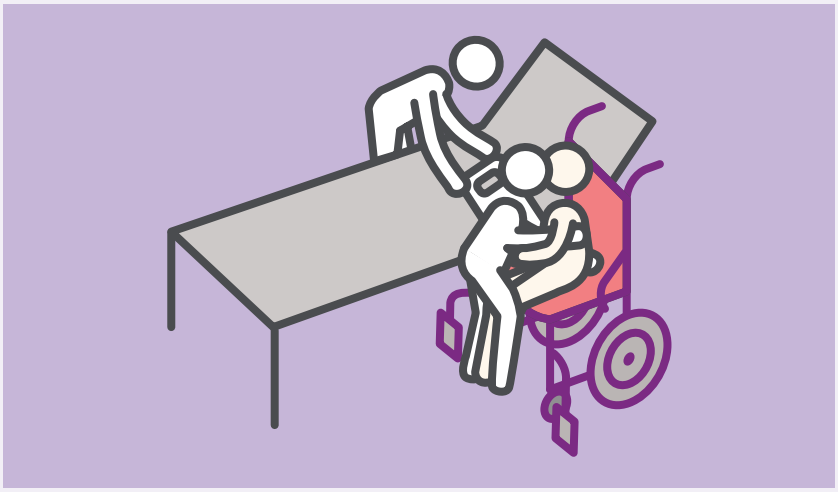
Describir los pasos necesarios para asistir a una persona con dificultades de movilidad durante la transferencia silla de ruedas - cama (y viceversa), usando la tabla de transferencias.

DESCRIPCIÓN

1. Acercar la silla a la cama y frenar ambas.
2. Retirar los dos pedales de la silla y el reposabrazos del lado próximo a la cama.



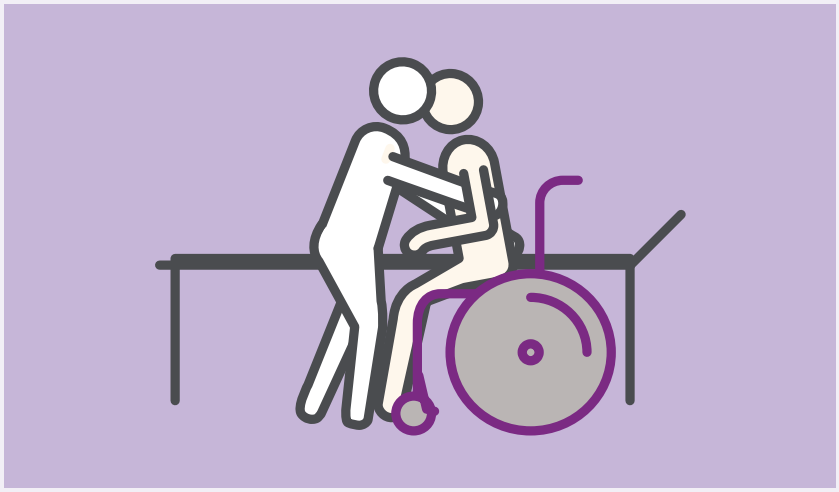
3. Adelantar los glúteos de la persona al borde de la silla.
4. Apoyar los pies de la persona en el suelo.
5. Un cuidador se sitúa delante de la persona y el otro al lado opuesto de la cama.
6. Colocar la tabla levantando suavemente los glúteos. Si es necesario inclinar a la persona hacia el lado contrario para colocar la tabla.



7. El cuidador que está enfrente bloquea las rodillas de la persona a transferir colocando sus rodillas justo por debajo de las rodillas de la persona y las empuja levemente de forma que éstas quedan bloqueadas.

8. Este mismo cuidador agarrar a la persona con una mano por la escápula y con la otra por el pantalón o cinturón.

   Si la persona no lleva ropa puede utilizarse una toalla o funda de almohada para facilitar el deslizamiento.



9. El cuidador que está al lado opuesto coloca una rodilla apoyada encima de la cama y también lo agarra por el pantalón o el cinturón.

10. Los dos cuidadores se ponen de acuerdo en el momento de deslizar a la persona por encima de la tabla. Por ejemplo: cuentan hasta tres a la vez y deslizan a la persona.
11. Una vez sentado al borde de la cama, un cuidador se encarga de las piernas y el otro de mantener el tronco erguido.
12. A continuación uno le sube las piernas y el otro acompaña el tronco al decúbito supino.
13. Retirar la tabla girando levemente a la persona sobre un lateral.

RECOMENDACIONES GENERALES

- Alinear superficies de paso
- Despejar zonas de paso.
- Frenar la silla de ruedas y la cama (en el caso que esta tenga ruedas).
- Explicar y pedir la colaboración de la persona con dificultades de movilidad
- Evitar que la persona que se está transfiriendo se apoye en la zona cervical de la persona que le asiste.
- Poner/quitar la tabla de transferencias con suavidad evitando roces, pellizcos, etc.
- La persona que se transfiere debe llevar calzado cerrado.
- Seguir normas generales de higiene postural.

Anotaciones: