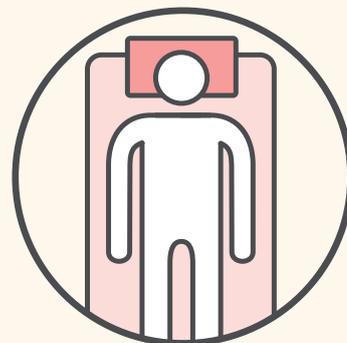




CAMBIOS POSTURALES DE LA PERSONA DEPENDIENTE



DEFINICIÓN

Los cambios posturales (CCPP) son las modificaciones en la postura corporal de la persona encamada realizada por la propia persona o por sus cuidadores.

Las posiciones más frecuentes son decúbito supino (DS) y decúbito lateral (DL) izquierda o derecha.

Los CCPP encamado debe ser un tratamiento preventivo, individual y tiene como objetivos proporcionar confort, evitar el síndrome de inmovilidad y evitar las UPP.



TÉCNICAS

Desplazar al paciente hasta la cabecera de la cama

Si la persona puede ayudarnos, esta flexionara las rodillas agarrándose al cabecero de la cama, pasaremos un brazo por debajo de sus axilas y el otro por debajo de su cabeza y realizaremos el movimiento al mismo tiempo.

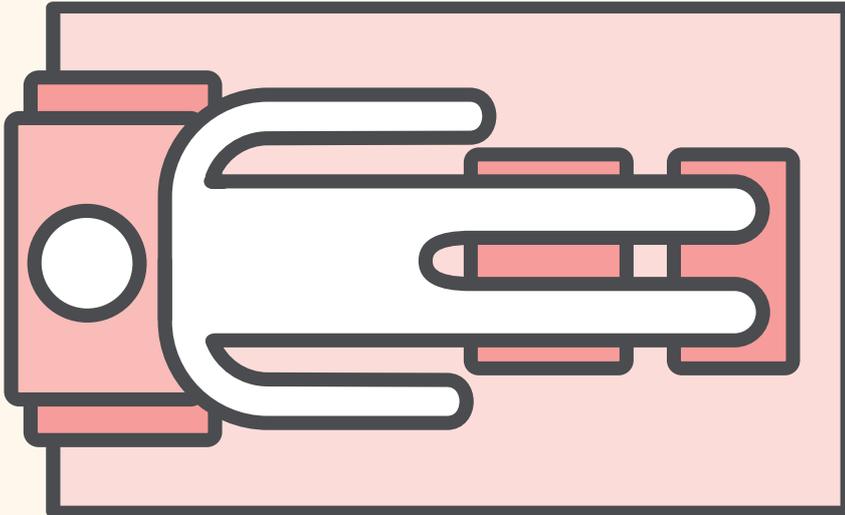
Si la persona no puede colaborar, se realizará entre dos personas, una a cada lado de la cama con un brazo bajo la axila y otro bajo la cadera, realizando el movimiento a la vez.





Desplazamiento a decúbito supino

Cuando la persona está en DL, necesita la colocación de una almohada en la espalda y entre las piernas; en DS valorar la colocación de una almohada debajo de los pies para evitar presión en los talones.

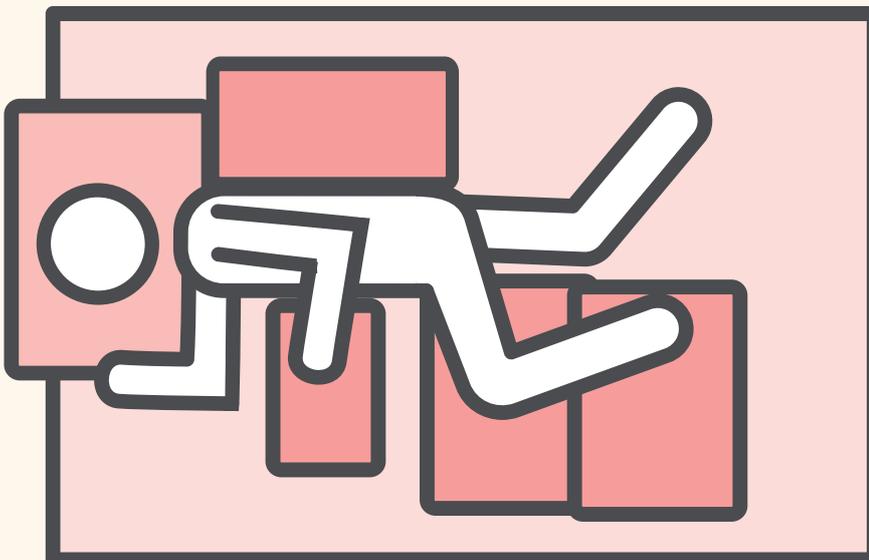


Desplazamiento a decúbitos laterales

Desde la posición de DS se flexiona la rodilla de la pierna contraria al lado a colocar.

Ponemos el brazo opuesto sobre el abdomen del paciente.

Deslizaremos una mano por debajo del hombro y la otra por la cadera y se procede a realizar el movimiento.





RECOMENDACIONES

- Aprovechar los cambios posturales para revisar el estado de la piel y las prominencias óseas
- Valorar la utilización de un colchón de aire, siempre con asesoramiento de un profesional sanitario.
- Buscar el dispositivo que más nos pueda ayudar: grúa, escala de cuerdas, cama articulada...
- Utilizar travesero, higiene postural y coordinación entre los cuidadores a fin de evitar lesiones.
- Elevar la cama hasta la altura adecuada para facilitar los cambios.
- Promover la colaboración del paciente utilizando barandas de la cama o trapecio.
- Asegurarnos que la postura sea anatómicamente correcta.
- Mantener la cama limpia y sin arrugas.

Anotaciones:
