



MANUAL DE SEDESTACIÓ

Pautes generals per a una correcta posició a la cadira de rodes



BENEFICIS D'UNA BONA SEDESTACIÓ:

- Prevenció d'úlceres per pressió (vetlla per la integritat de la pell).
- Manté i facilita la funció respiratòria.
- Evita deformitats articulars.
- Facilita la normalització del to muscular.
- Proporciona un bon equilibri.
- Manté una bona alineació de la columna vertebral i preveu deformitats.
- Manté una bona alineació entre cintura pèlvica i cintura escapular.
- Facilita la realització per part dels cuidadors de les activitats de la vida diària.
- Facilita el moviment normal i la posterior iniciació i execució de les activitats de la vida diària.
- Permet una millor interacció de la persona amb el seu medi, en l'àmbit social, ambiental i sensorial (més bona recepció dels estímuls externs).
- Facilita els desplaçaments de l'usuari facilitant la tasca a la família.

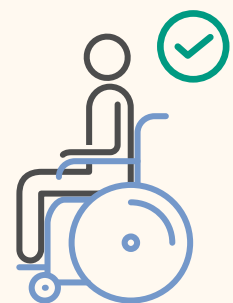
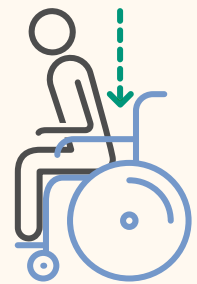
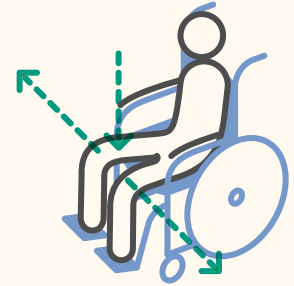
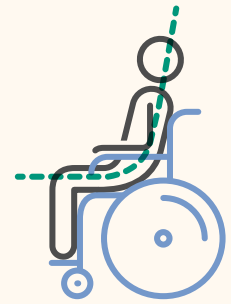




LA PERSONA QUE LLISCA ENDAVANT

QUÈ VEIEM?

1. — Recau més pes a la zona superior del respall.
Hi ha una tendència a "caure enrere".
 - La pelvis està endavant. Queda un espai entre la pelvis i el respall.
 - Més espai entre la cama i el seient.
2. — La persona ocupa més superfície de seient/coixí.
 - Les dues cames estan més obertes que habitualment. Pot aparèixer una zona de pressió a la cara externa de les cuixes per estar més en contacte amb els reposabraços.
3. — Si la persona tira el cos endavant (de forma activa o assistida), s'observa que l'espai que va de la pelvis al respall és més gran.



COM HO PODEM CORREGIR?

- Hem de tirar el tronc endavant.
- Des del darrere, col·locar les mans sota les natges i arrossegar la persona.

LA POSICIÓ CORRECTA

- Repartició del pes al respall.
- Pelvis ben recolzada al respall.
- Seient amb angle de 90° entre el respall i el seient.
- Cuixes amb una base de suport de seient més àmplia (en algun cas, és recomanable utilitzar una cingla inguinal per ajudar a mantenir la posició correcta que s'ha aconseguit. Ho ha de prescriure el metge).
- S'observa més seient/coixí que abans.

