

Movilizacion y cuidado integral de personas dependientes

Modalidad: curso e-Learning Duración: 5 horas

Categorías: Sanidad

OBJETIVOS

- Comprender la importancia de la movilizacion en la prevencion de complicaciones fisicas, emocionales y sociales
- Identificar las principales causas y consecuencias de la inmovilidad en pacientes
- Conocer las enfermedades asociadas a la falta de movimiento y su impacto en la salud integral
- Aprender a valorar los niveles de movilidad y adaptar las tecnicas de movilizacion a cada caso
- Dominar las tecnicas basicas y avanzadas de movilizacion e inmovilizacion de pacientes
- Prevenir y manejar ulceras por presion, atrofia muscular y otras complicaciones derivadas de la inmovilidad
- Aplicar principios ergonomicos para proteger la salud fisica del cuidador
- Fomentar la autonomia y el bienestar emocional del paciente mediante una movilizacion respetuosa y segura
- Utilizar correctamente herramientas y ayudas tecnicas para la movilizacion
- Desarrollar una actitud etica, empatica y profesional en el cuidado de personas dependientes

CONTENIDOS

Movilización y Cuidado Integral de Personas Dependientes

UNIDAD - La inmovilización

Introducción

Beneficios de la movilización

Beneficios físicos

Beneficios psicológicos y emocionales

Beneficios sociales

Beneficios para los profesionales y cuidadores

Epidemiología de la inmovilidad

Etiología

Consecuencias del inmovilismo

Perspectiva multidimensional de las consecuencias del inmovilismo

Una realidad que se puede revertir

Valoración de los niveles de movilidad

¿Qué se valora y cómo?

Escalas y herramientas de evaluación

Adaptar la movilización a cada nivel

Un proceso dinámico

UNIDAD - Enfermedades físicas relacionadas con la inmovilización

Enfermedades relacionadas con la inmovilidad que afectan al Sistema Musculo-Esquelético

Atrofia muscular: el músculo que se olvida de moverse

Retracciones articulares y pérdida de amplitud de movimiento

Osteoporosis por desuso: huesos que se descalcifican al no cargar peso

Dolor musculoesquelético y síndrome de inmovilización

Rehabilitación y prevención: el movimiento como medicina

Resumen de las enfermedades relacionadas con la inmovilidad que afectan al Sistema Musculo-Esquelético

Úlceras por decúbito o por presión

Clasificación, prevención y tratamiento de las úlceras por decúbito o por presión

Casos reales que marcan

Conclusión sobre las úlceras

Osteoporosis y Osteomalacia

Atrofia muscular

Retracciones articulares y musculares

Parálisis

Enfermedades relacionadas con la inmovilidad que afectan al sistema cardiovascular

Efectos de la inmovilidad sobre el sistema cardiovascular

Hipotensión ortostática

El mecanismo detrás del colapso

¿Quiénes están en riesgo?

Prevención: el arte de levantarse bien

Más allá del dato clínico: lo emocional

Tromboembolismo

¿Qué es y cómo se produce el tromboembolismo?

Datos que alarman

Síntomas a tener en cuenta

Estrategias de prevención

Caso reflexivo: ¿Y si no se nota?

Enfermedades relacionadas con la inmovilidad que afectan al sistema nervioso
Enfermedades relacionadas con la inmovilidad que afectan al sistema respiratorio
¿Qué síntomas pueden alertarnos?
Prevención respiratoria: más que respirar
Enfermedad Pulmonar Obstructiva Crónica (EPOC)
Caso clínico: lo que dejó el sofá
El círculo vicioso de la EPOC y la inactividad
Estrategias de prevención y cuidado
Enfermedades relacionadas con la inmovilidad que afectan al sistema digestivo
Enfermedades relacionadas con la inmovilidad que afectan al sistema genito-urinario
Otras alteraciones relacionadas con la inmovilidad

UNIDAD - Técnicas de movilización e inmovilización

Principios anatómo-fisiológicos de sostén y movimiento del cuerpo humano
Posiciones anatómicas
Técnicas de movilización, traslado y deambulaci3n
Técnicas de movilización: cuando el cuerpo necesita ser guiado
Técnicas de traslado: de un lugar a otro sin perder la dignidad
Técnicas de deambulaci3n: cada paso como una conquista
Conclusi3n sobre las técnicas de movilización, traslado y deambulaci3n
Preparaci3n para el traslado
Preparar al paciente: un diálogo antes que un movimiento
Preparar el entorno: el escenario también importa
Prepararse uno mismo: el cuerpo del cuidador como herramienta
Preparar el tiempo: la prisa es enemiga de la seguridad
El traslado comienza mucho antes del traslado
Movilizaci3n de personas dependientes
Tipologías de dependencia y su impacto en la movilización
Principios clave de una movilización segura y respetuosa
Herramientas y ayudas técnicas para la movilización
Casos reales: entre el reto y la empatía
Acompañamiento en la deambulaci3n
Casos prácticos: cuando acompañar es también interpretar
Beneficios más allá del físico
Prevenci3n de caídas y accidentes
Factores de riesgo: más allá del desequilibrio
Prevenci3n activa: antes que lamentar, anticiparse
El papel del profesional: presencia y sentido clínico
Casos reales que ilustran y enseñan

Ayudas técnicas para la deambulaci3n, traslado y movilizaci3n en personas dependientes

Ayudas para la deambulaci3n

Ayudas para el traslado

Ayudas para la movilizaci3n

C3mo elegir la ayuda adecuada: personalizaci3n y formaci3n

UNIDAD - Riesgos y complicaciones de una inadecuada manipulaci3n

Riesgos y complicaciones de una inadecuada manipulaci3n

Riesgos asociados con el residente

Riesgos asociados al personal que realiza las movilizaciones

Prevenci3n de riesgos asociados al personal que realiza las movilizaciones

Una reflexi3n necesaria