

MOVILIZACIÓN DE PACIENTES DA-1

TIPOS DE POSICIONES

POSICIÓN DE DECÚBITO SUPINO O DORSAL

El enfermo se encuentra acostado sobre su espalda con las extremidades en extensión, las superiores pegadas al cuerpo y las inferiores juntas.

Indicaciones:

- Examen de tórax, abdomen, miembros superiores e inferiores. Postoperatorio.
- Estancia en la cama.
- Cambios de posición.
- Palpación de las mamas.
- Enfermos de larga duración: Pueden colocarse almohadas en distintas zonas del cuerpo del paciente para favorecer su alineamiento:
 - Bajo el cuello y hombros, para evitar la hiperextensión del cuello.
 - Bajo la zona lumbar (un pequeño cojín), para mantener la curvatura anatómica.
 - Una toalla enrollada lateralmente bajo las caderas y muslos, evitando la rotación externa del fémur.
 - Bajo el tercio inferior del muslo, para elevar el hueco poplíteo.
 - Bajo la parte inferior de las piernas, para elevar los talones.

Contraindicaciones:

- Ancianos.
- Enfermos pulmonares

POSICIÓN DE DECÚBITO PRONO O VENTRAL

El paciente se encuentra acostado sobre su abdomen, con la cabeza vuelta hacia un lado, las extremidades superiores pueden estar extendidas junto al cuerpo o e flexionadas por el codo, a ambos lados de la cabeza. Los miembros inferiores se hallan extendidos.

Indicaciones:

- Exploraciones de espalda (aunque para exploraciones se usan poco).
- Enfermos comatosos o inconscientes.
- Enfermos anestesiados con anestesia general para prevenir el vómito.
- Operados de columna.
- Estancia en la cama.
- Cambios posturales.

Pueden emplearse almohadas:

- Bajo la cabeza.
- Un pequeño cojín bajo el diafragma, para evitar la hiperextensión de la curvatura lumbar, la presión excesiva en las mamas y facilitar la respiración.
- Bajo el tercio inferior de las piernas, para disminuir el rozamiento en los dedos de los pies.

TIPOS DE POSICIONES

POSICIÓN DE DECÚBITO LATERAL

El enfermo permanece apoyado sobre un costado, derecho o izquierdo, con las extremidades extendidas. El miembro superior correspondiente al lado sobre el que se halla recostado el paciente, está por delante del cuerpo.

Indicaciones:

- Para hacer la cama ocupada.
- Para colocar un supositorio. Administración de inyectables intramusculares. Para prevenir las úlceras por decúbito.
- Administración de enemas.
- Estancia en cama y para hacer cambios posturales.
- Higiene y masajes.

Conviene colocar almohadas o cuñas tope:

- Bajo la cabeza, para favorecer el alineamiento
- Bajo el brazo superior, para elevar el brazo y el hombro
- Detrás de la espalda, para mantener una buena alineación

POSICIÓN INGLESA O DE SIMS

El enfermo se halla en decúbito lateral izquierdo con el muslo derecho flexionado brazo derecho hacia delante. La cabeza está girada lateralmente. El peso corporal descansa sobre el tórax.

Indicaciones:

- Posición de seguridad, por lo que es ideal para el transporte de accidentados. Exámenes rectales.
- Administración de enemas y medicamentos vía rectal.
- Colocación de sondas rectales.
- En pacientes inconscientes para facilitar la eliminación de secreciones.
- Postoperatorio.
 - Facilita la relajación muscular.
 - Facilita el drenaje de mucosidades.

Se colocarán almohadas:

- Bajo la cabeza.
- Bajo el hombro y brazo superior.
- Bajo el muslo y pierna superior.
- El cuerpo se apoya en hombro y cadera

TIPOS DE POSICIONES

POSICIÓN DE FOWLER

Estando el enfermo en decúbito supino se levanta la cabecera de la cama unos 50cm y así la espalda apoyada sobre la cama formará un ángulo de 45° con la horizontal. Las extremidades inferiores estarán flexionadas por la rodilla y, se puede colocar una almohada bajo ellas. Esta posición se puede emplear en algunos enfermos cardíacos que así estarán más cómodos.

Indicaciones:

- Posición muy empleada en las exploraciones de otorrino-laringología.
- Pacientes con problemas respiratorios (asma, EPOC, enfisema, etc.).
- Para relajar los músculos abdominales.
- Pacientes con problemas cardíacos.
- Exploraciones de cabeza, ojos, cuello, oído, nariz, garganta y pecho.

Pueden colocarse almohadas:

- Detrás del cuello y hombros.
- Detrás de la zona lumbar.
- Bajo los antebrazos y manos, para evitar la tensión en los hombros y sujetar los brazos y manos.
- Debajo y los lados de la parte superior de los muslos.
- Bajo el tercio inferior de los muslos.
- Bajo los tobillos, para elevar los talones.

En caso de posición Fowler alta, la posición de la cabecera de la cama está elevada 90° respecto a los pies. Y la posición semi-Fowler, la elevación es de 30°.

Existe también, la posición Fowler-modificada, que consiste en poner al paciente misma forma que en el caso anterior pero modificando la posición de los miembros superiores (las manos), que deben estar colocadas, más elevadas que los codos. Esto se consigue, apoyando las manos sobre una mesa de comer, por ejemplo. Esta indicada en enfermos cardíacos para facilitar la circulación venosa o de retorno

POSICIÓN DE TRENDELENBURG

El paciente se encuentra en decúbito supino sobre una cama o mesa inclinada, de modo, que la cabeza está a un nivel inferior que los pies. Una variedad de esta posición es aquella en que el enfermo está en decúbito supino con el cuerpo inclinado, la cabeza más baja que el tronco y las extremidades inferiores flexionadas por la rodilla, de forma que las piernas cuelguen del extremo superior de la mesa; para ello es necesario bajar una sección ajustable que existe en los pies de la mesa. Esta posición se emplea en situaciones en que es necesario que fluya sangre al cerebro como ante un síncope.

Indicaciones:

- Mejora de la circulación cerebral sanguínea.
- Lipotimias o síncope.
- Conmoción o shock, Hemorragias
- Para el drenaje de secreciones bronquiales.
- Evitar las cefaleas después de una punción lumbar.
- Cirugía de los órganos pélvicos

TIPOS DE POSICIONES

POSICIÓN GENUPECTORAL

El paciente se apoya sobre sus rodillas y pecho. Las rodillas estarán ligeramente separadas y los muslos perpendiculares a la cama, la cabeza estará vuelta hacia un lado y, los miembros superiores colocados en la forma que desee el paciente. Esta posición se utiliza para exámenes rectales, fundamentalmente. En esta posición, hay que prestar especial atención al paciente, por resultar una posición bastante humillante para el.

POSICIÓN DE ROSER O DE PROETZ

El paciente se halla en decúbito supino con la cabeza colgando, con el objetivo de mantener el cuello en hiperextensión.

Indicaciones:

- Intubación traqueal.
- Exploraciones faríngeas.
- Reanimación cardiorrespiratorias.
- En ciertas intervenciones quirúrgicas (bocio).
- Lavado del pelo de pacientes encamados.

POSICIÓN GINECOLÓGICA O DE LITOTOMIA

La enferma se encuentra en decúbito supino, con la pelvis borde de la mesa. Las extremidades inferiores están separadas, con los muslos y piernas flexionadas. Para sostener estas extremidades existen unos soportes o estribos en los que se pueden colocar las rodillas o los pies.

Indicaciones:

- Exámenes ginecológicos (vaginal), rectales y vesicales.
- Partos.
- Intervenciones ginecológicas.
- Lavado genital.
- Sondaje vesical en la mujer.
- Examen manual o instrumental de la pelvis.
- Exploración de las embarazadas.

TIPOS DE POSICIONES

POSICIONES PARA REALIZAR UNA PUNCIÓN LUMBAR

Hay dos opciones:

1.- Sentado al borde de la camilla, con la cabeza flexionada, acercándola lo más posible, a las extremidades inferiores, para conseguir un arqueamiento de la espalda y así facilitar la visualización de los espacios intervertebrales.

2.- Tumbado en la cama, en decúbito lateral, flexionando la cabeza y miembros inferiores con el mismo objetivo que en el caso anterior.

Indicaciones:

- Anestesia raquídea
- Recogida de líquido cefalorraquídeo por punción

POSICIÓN DE TRENDELENBURG INVERSA, ANTITRENDELENBURG O MORESTIN

Como su nombre indica esta posición es la opuesta a la anterior. El enfermo está inclinado en decúbito supino con la cabeza a un nivel superior que los pies.

Indicaciones:

- Exploración radiográfica.
- Facilita la circulación sanguínea a nivel de las extremidades.
- En algunas intervenciones quirúrgicas (bocio).
- En caso de problemas respiratorios.
- En caso de hernia de hiato