

Modalidad: curso e-Learning Duración: 5 horas

Categorías: Sanidad

OBJETIVOS

- Comprender la importancia de la movilización en la prevención de complicaciones físicas, 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 técnicas de movilización a cada caso
- Dominar las técnicas básicas y avanzadas de movilización e inmovilización de pacientes
- Prevenir y manejar úlceras por presión, atrofia muscular y otras complicaciones derivadas de la inmovilidad
- Aplicar principios ergonómicos para proteger la salud física del cuidador
- Fomentar la autonomía y el bienestar emocional del paciente mediante una movilización respetuosa y segura
- Utilizar correctamente herramientas y ayudas técnicas para la movilización
- Desarrollar una actitud ética, empática 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
- ¿Que se valora y como?
- 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
- www.criteria.es | info@criteria.es | MAD: 91 571 21 39 | BCN: 93 265 26 77
- 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 decubito o por presión
- Clasificación, prevención y tratamiento de las úlceras por decubito 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 sosten y movimiento del cuerpo humano
- Posiciones anatómicas
- Técnicas de movilización, traslado y deambulacion
- Técnicas de movilización: cuando el cuerpo necesita ser guiado
- Técnicas de traslado: de un lugar a otro sin perder la dignidad
- Técnicas de deambulacion: cada paso como una conquista
- Conclusión sobre las técnicas de movilización, traslado y deambulacion
- Preparación 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

- Herramientas y ayudas técnicas para la movilización
- Casos reales: entre el reto y la empatía
- Acompañamiento en la deambulacion
- Casos practicos: cuando acompañar es también interpretar
- Beneficios más allá del físico
- Prevención de caídas y accidentes
- Factores de riesgo: más allá del desequilibrio
- Prevención activa: antes que lamentar, anticiparse
- El papel del profesional: presencia y sentido clínico
- Casos reales que ilustran y enseñan
- Ayudas técnicas para la deambulacion, traslado y movilización en personas dependientes
- Ayudas para la deambulacion
- Ayudas para el traslado
- Ayudas para la movilización
- Como elegir la ayuda adecuada: personalización y formación

UNIDAD.- Riesgos y complicaciones de una inadecuada manipulación

- Riesgos y complicaciones de una inadecuada manipulación
- Riesgos asociados con el residente
- Riesgos asociados al personal que realiza las movilizaciones
- Prevención de riesgos asociados al personal que realiza las movilizaciones
- Una reflexión necesaria