



## PRL – MOVILIZACIÓN DE PACIENTES COLABORADORES

### Descripción

---

Los trabajos de movilización de enfermos comportan, para la persona que los realiza, un riesgo importante de daños, especialmente, a consecuencia de sobreesfuerzos y posturas inadecuadas.

Las operaciones de movilización cambian en función de la colaboración o no colaboración del paciente. En este curso vamos a tratar la dinámica corporal en la movilización de enfermos en pacientes colaboradores.

Unos conocimientos adecuados, y la aplicación de los mismos, evitará lesiones puntuales, así como reducirá enormemente la posibilidad de la aparición de daños a mediano o largo plazo por acumulación de pequeños traumatismos.

### Objetivos

---

El objetivo prioritario de este curso es que la persona que realiza trabajos de movilización de enfermos aprenda a hacerlos, los realice correctamente y de una manera segura.

Con este curso la persona estará preparada para:

- ◆ Conocer los conceptos generales de Prevención.
- ◆ Identificar los riesgos existentes en un trabajo de movilización de enfermos.
- ◆ Aplicar las medidas preventivas apropiadas, eliminando o reduciendo el riesgo, a la vez que protegiendo a la persona.

### Destinatarios

---

El curso está destinado a todas aquellas personas (enfermeras, sanitarios, personal auxiliar, etc.) que en su trabajo realizan tareas de movilización de enfermos.

### Duración

---

5 horas (formación online + material complementario)



## PRL – MOVILIZACIÓN DE PACIENTES

### COLABORADORES

#### Plazo

---

El alumno dispondrá de un plazo máximo de 6 semanas para la realización del curso.

#### Diploma

---

Al finalizar el curso, el alumno obtendrá un Diploma acreditativo de CONDUCTA FORMACIÓN de la realización del curso.

#### Observaciones

---

El curso dará comienzo cuando el alumno formalice la matrícula.

#### Contenidos

---

El curso está dividido en tres módulos. Cada módulo dispone de un cuestionario de autoevaluación.

**MÓDULO 1: CONCEPTOS GENERALES DE PREVENCIÓN.**

**MÓDULO 2: DINÁMICA CORPORAL EN LA MOVILIZACIÓN DE ENFERMOS.**

- ◆ Conceptos generales de manipulación de cargas: La columna vertebral (funcionamiento); Disco intervertebral; Consejos en la manipulación de descargas; Elementos auxiliares para la movilización de enfermos.
- ◆ Movimientos: Girar de posición boca arriba a posición boca abajo; Girar de posición boca abajo a boca arriba; Giros laterales (Vuelta desde la posición boca arriba a la posición lateral); Desde la posición de tumbado en la cama a la posición de sentado; Desde la posición de sentado a la posición pie; Desde la posición de sentado en la cama a la posición tumbado boca arriba; Desde la posición de pie a la posición de sentado; Enderezar al paciente que se ha escurrido con dos cuidadoras (paciente tumbado); Enderezar al paciente que se ha escurrido con dos cuidadoras (paciente sentado); Enderezar al paciente sentado que se ha escurrido, desde atrás; Enderezar lateralmente a un paciente sentado que se ha escurrido; Enderezar por delante a un paciente sentado que se ha escurrido; Enderezar a un paciente que se ha caído;
- ◆ Ejercicios de relajación: Técnica de relajación en 3 minutos; Técnica de relajación muscular progresiva; Ejercicios para desarrollar el tono muscular.

**MÓDULO 3: SITUACIONES PRÁCTICAS.**