

COMBATIENDO EL DAÑO DE LA INMOVILIDAD HOSPITALARIA



El Reposo Absoluto es Malo

La masa muscular se reduce un ~1.5-2% diario durante el reposo absoluto

Incrementa el riesgo de enfermedad tromboembólica

Incrementa el riesgo de atelectasia que puede contribuir a una neumonía

Elevar el cabezal de la cama incrementa la presión en la piel de la región sacral

Un estudio encontró que de 155 pacientes que sobrevivieron a enfermedades críticas, 61 presentaron contracturas musculares

¿Que puedes hacer?

¿Puede caminar el paciente?

SI



Acompaña al paciente caminando hasta el baño en lugar de usar un inodoro al lado de la cama



Promueve que la familia y amigos acompañen al paciente a caminar



Que el paciente camine por el pasillo antes o después de cada comida

NO



Ayuda al paciente a usar el inodoro al lado de la cama en vez de usar un pañal



Aumenta el tiempo que el paciente esta afuera de la cama



Ayuda al paciente a sentarse en una silla para comer

hopkinsAMP.org



Version 1.4.22

Este documento, creado por Johns Hopkins Activity and Mobility Promotion, está licenciado bajo una licencia Creative Commons Attribution-NonCommercial-NoDerivs 4.0 International License. Para ver un resumen de la licencia, acceda a <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>