

Aprèn a moure al teu familiar

Servei de fisioteràpia de la Fundació

Dimarts 1 d'octubre 2024



Ajuntament de Cornellà
de Llobregat

Amb el suport de:



Generalitat de Catalunya
**Departament de Drets Socials
i Inclusió**



Fundació "la Caixa"

Amb la col·laboració de:



Canvis posturals

Què són?

Els canvis posturals són modificacions del cos en l'espai que en persones sanes es fan de manera natural i autònoma, com per exemple, quan dormim o quan romanem asseguts en una cadira un temps prolongat.

En persones dependents, aquests canvis han de realitzar-se per personal sanitari, en cas de romandre ingressats en centres (hospital, residència...), o a casa per un familiar o cuidador amb formació específica.

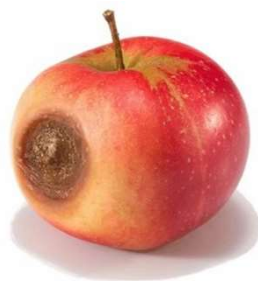
Canvis posturals

Importància dels canvis posturals

1. Proporcionar confort



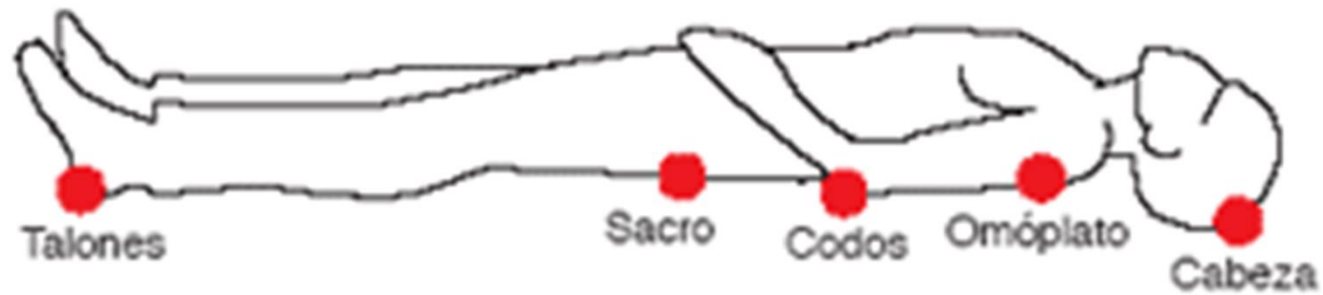
2. Evitar UPP



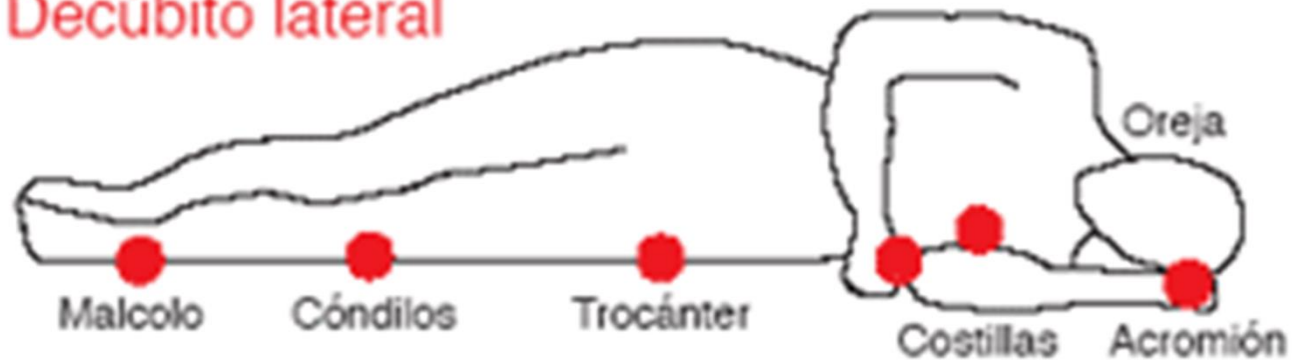
3. Disminuir les possibles complicacions respiratòries, circulatòries i deformitats articulars



Decúbito dorsal



Decúbito lateral



Canvis posturals

Tipus de canvis posturals

1.DECÚBIT SUPÍ (dorsal)

El decúbit supí és una posició anatòmica del cos humà que es caracteritza per:

Posició del cos estirada sobre un pla horitzontal, amb l'esquena tocant a terra. Coll en posició neutra, amb mirada dirigida al zenit. Membres superiors estesos enganxats al tronc i amb el dors de les mans cap amunt. Extremitats inferiors també esteses amb peus en flexió neutra i punta dels dits grossos cap amunt.

2.DECÚBIT LATERAL (dret/esquerre)

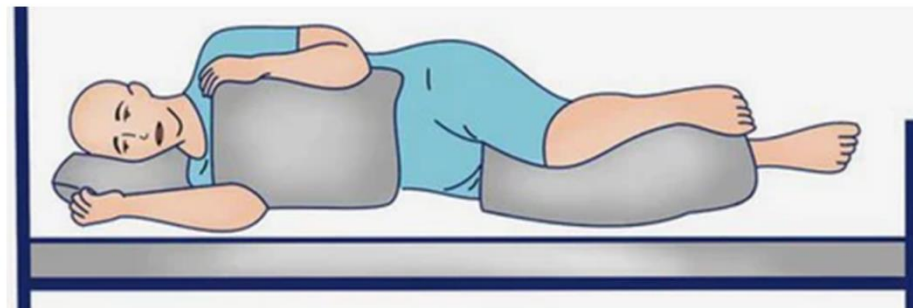
L'usuari es posiciona estirat sobre un costat del seu cos, paral·lel al sòl, pot ser del costat esquerre o dret. Per a assegurar aquesta postura és necessari l'ús de coixins.

3.DECÚBIT PRO

DECÚBIT SUPÍ (dorsal)



DECÚBIT LATERAL (dret/esquerre)



ALTRES POSICIONS



Posició decúbit pro o sims



Posició Fowler

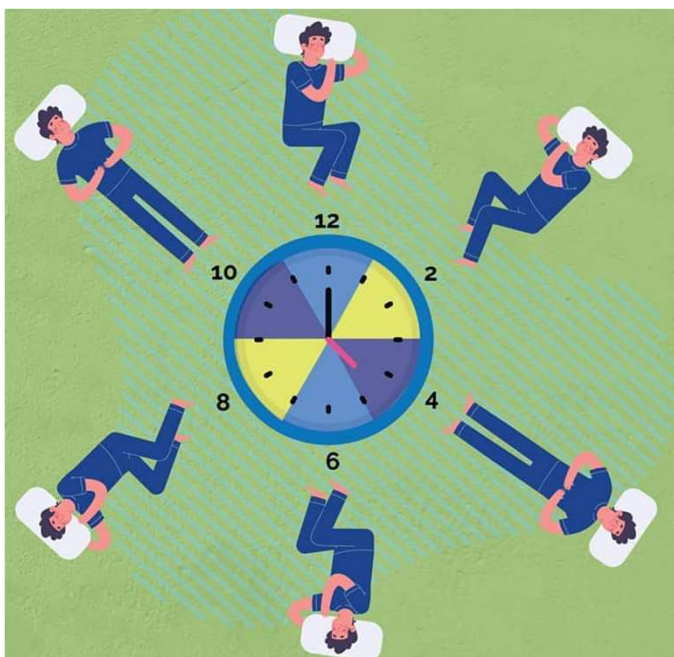


Posició Trendelenburg

Canvis posturals

Freqüència dels canvis posturals

En termes generals seran de cada 2 h diürns i cada 3-4 h nocturns, afavorint el descans. Aquesta freqüència pot variar depenent de les indicacions del personal sanitari.



- 2 Horas acostado boca arriba
- 2 Horas acostado del lado izquierdo
- 2 Horas acostado del lado derecho



Canvis posturals

Dispositius per afavorir el posicionament i la pressió en punt d'alta intensitat

Aquests dispositius es coneixen com a Superfícies Especials per al Maneig de la Pressió (SEMP) i es defineixen com 'qualsevol superfície sobre la qual pot recolzar-se un pacient amb la totalitat (matalàs) o una part del cos (coixins, protectors locals) en qualsevol posició'.

La seva configuració física i estructural presentarà propietats de reducció o alleujament de la pressió. Alguns poden, a més, reduir l'efecte de cisallament, el calor i la humitat i incrementar el benestar dels pacients.

Aquests dispositius no constitueixen més que un conjunt de mitjans suplementaris que, en cap cas, poden substituir els canvis posturals.

No s'han d'utilitzar dispositius en forma circular o d'anell atès que provoquen un augment de la pressió en les zones que envolten la part a protegir (2). Per determinar la pressió a què estan sotmeses les zones corporals, es parla de l'Índex de l'Àrea de Pressió (IAP), que mostra la capacitat d'una superfície per redistribuir la pressió a través de l'àrea de contacte disponible. A major IAP, millors prestacions dels diferents dispositius.

Canvis posturals

Les característiques generals que hauria de tenir el dispositiu ideal són:

1. Augmentar l'àrea de recolzament.
2. Reducció de la pressió.
3. Reducció de la fricció.
4. Baixa retenció de la humitat.
5. Reducció del calor, però sense arribar a transmetre fred.
6. No complicar les transferències.
7. En especial les vores han de ser més dures que la part central per evitar relliscar al seure al llit.
8. Cost assequible.

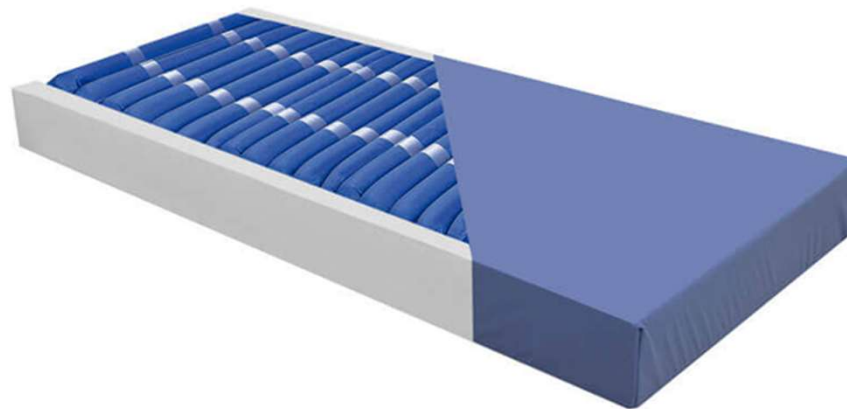
Canvis posturals

Les característiques generals que hauria de tenir el dispositiu ideal són:

9. Compatibles amb els protocols de control d'infeccions: materials de fàcil neteja i desinfecció.
10. Que existeixi en les mides adequades per a tots els usuaris.
11. Que suportin el pes del pacient sense baixar el seu rendiment. Revisar el pes límit que el fabricant recomana per a cada producte.
12. En el cas dels coixins, han de tenir propietats que evitin el lliscament del coixí des del seient.
13. Fundes de tela antilliscant.
14. Fabricats amb material ignífug.
15. Cremalleres ocultes.
16. Fundes antilliscants per als coixins.

Canvis posturals

Altres dispositius important a tenir en compte



Canvis posturals

Com realitzar els canvis posturals (taller)





Aprèn a moure al teu familiar



cornellacuida.cat
hola@cornellacuida.cat



Aprèn a moure al teu familiar

Servei de fisioteràpia de la Fundació

Dimarts 1 d'octubre 2024

Apunta't al canal de WhatsApp de la comunitat per les persones cuidadores i rebràs recursos i informació quinzenals 100% online



Ajuntament de Cornellà
de Llobregat

Amb el suport de:



Amb la col·laboració de:

