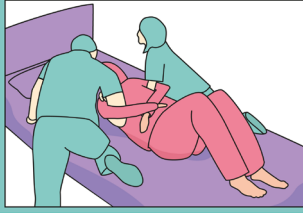


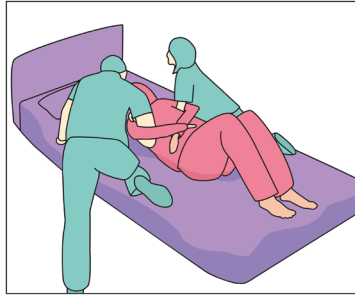
## REPOSICIONAMIENTO EN CAMA



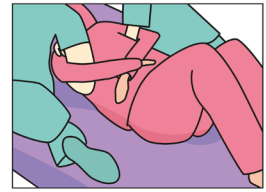
#sinTrastornosMusculoEsqueléticos

**CUIDATE PARA CUIDAR MEJOR** | Por un personal socio-sanitario sin Trastornos MusculoEsqueléticos

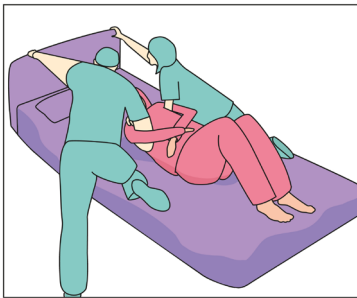
Este movimiento lo hacemos entre dos profesionales, si es posible, doblando las piernas de la persona.



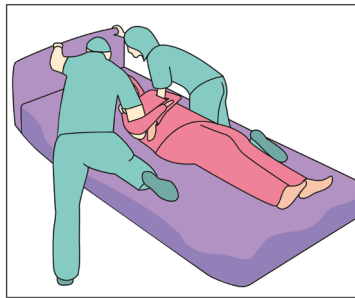
Colocamos nuestros antebrazos por debajo de sus axilas, cada uno de un lado.



Con la mano que nos queda libre, nos agarramos del cabecero o nos apoyamos en la cama. Apoyamos una rodilla encima de la cama mientras pisamos el suelo con la otra pierna.



Sincronizando el movimiento, llevamos el cuerpo de la persona hacia el cabecero de la cama.



Puedes utilizar:  
Sábana deslizante



Banda de movilización



COMISIÓN NACIONAL  
DE SEGURIDAD Y SALUD  
EN EL TRABAJO

**CUIDATE PARA CUIDAR MEJOR** | Por un personal socio-sanitario sin Trastornos MusculoEsqueléticos