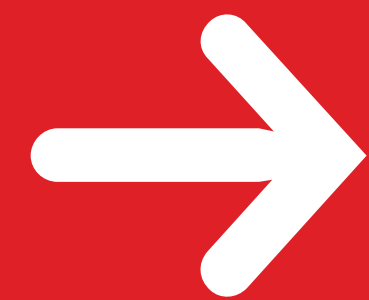


# MOVILIZACIÓN DE ENFERMOS

Si adoptas posturas correctas en la movilización y el traslado de enfermos:

→ **TU ESPALDA NO TE DOLERÁ** → **TE CANSARÁS MENOS** → **INCREMENTARÁS LA SEGURIDAD DEL PACIENTE**

## MEDIDAS DE PREVENCIÓN DEL DOLOR DE ESPALDA



**ESPALDA RECTA**



**PIERNAS FLEXIONADAS**



**PIES SEPARADOS**



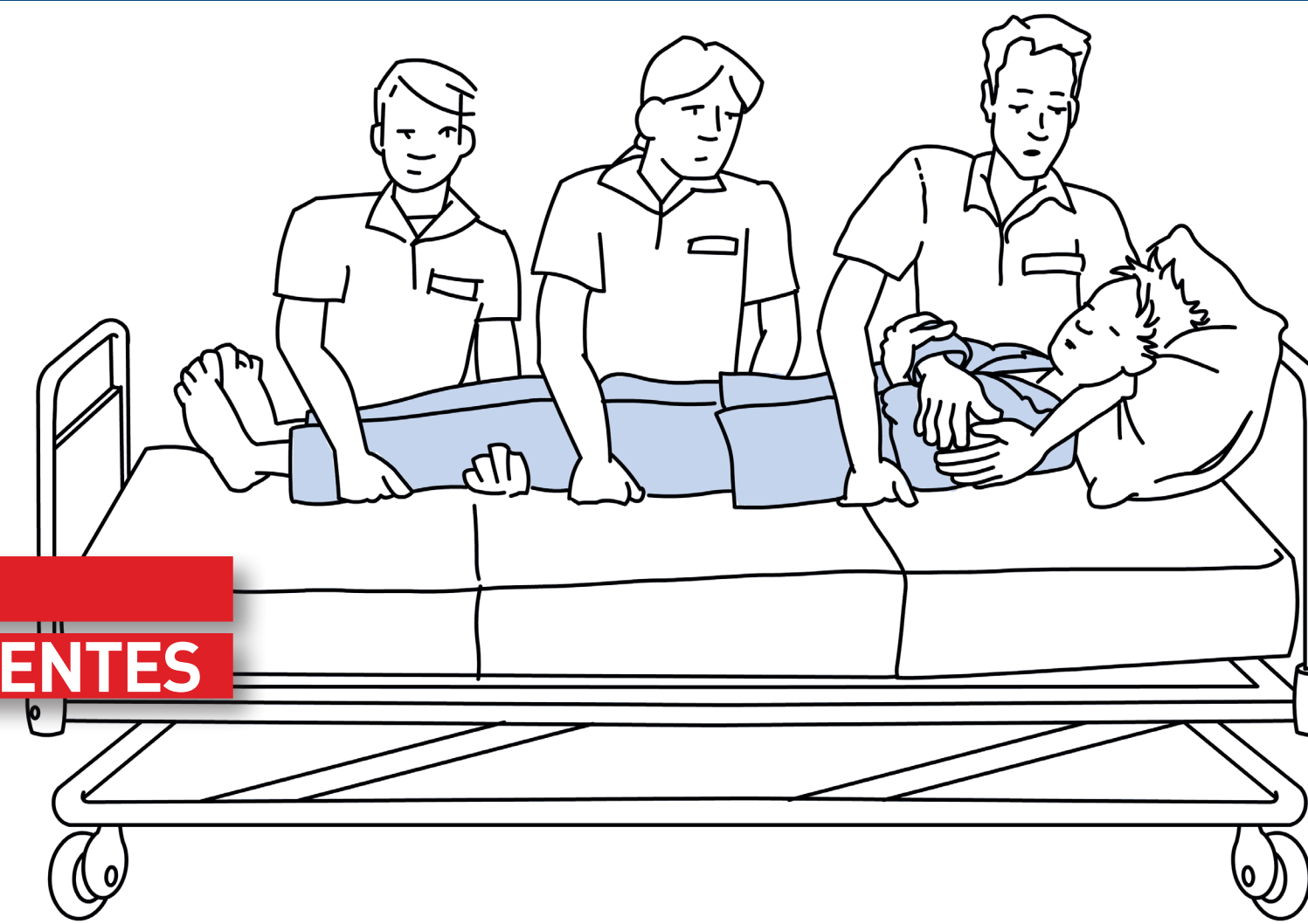
**CONTRAPESO DEL CUERPO**



**UTILIZACIÓN DE APOYOS**



**PRESAS CONSISTENTES**



**CARGA CERCA DEL CUERPO**



**RESPECTA LOS PRINCIPIOS DE MECÁNICA CORPORAL**

**SOLICITA AYUDA EN LOS MOMENTOS DIFÍCILES**

**ENFERMOS TOTALMENTE DEPENDIENTES**

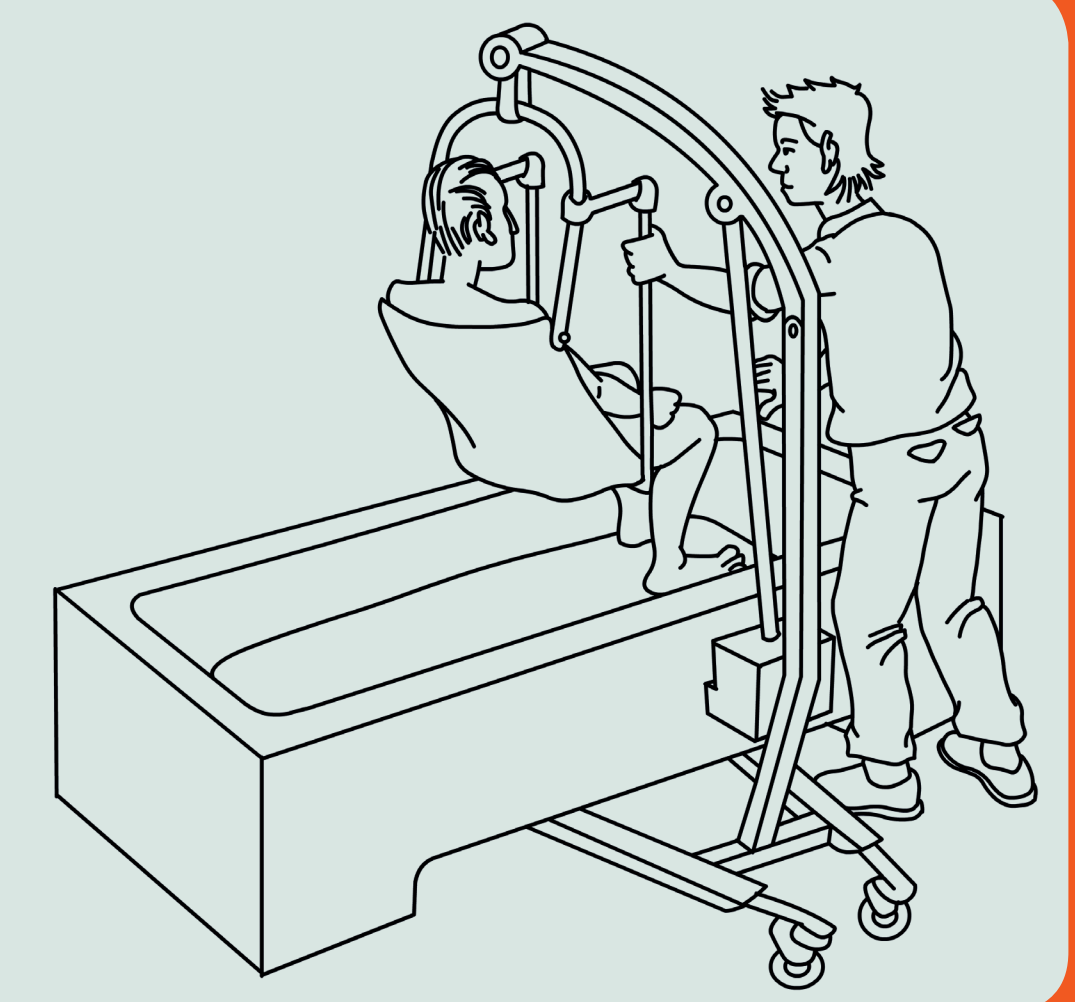
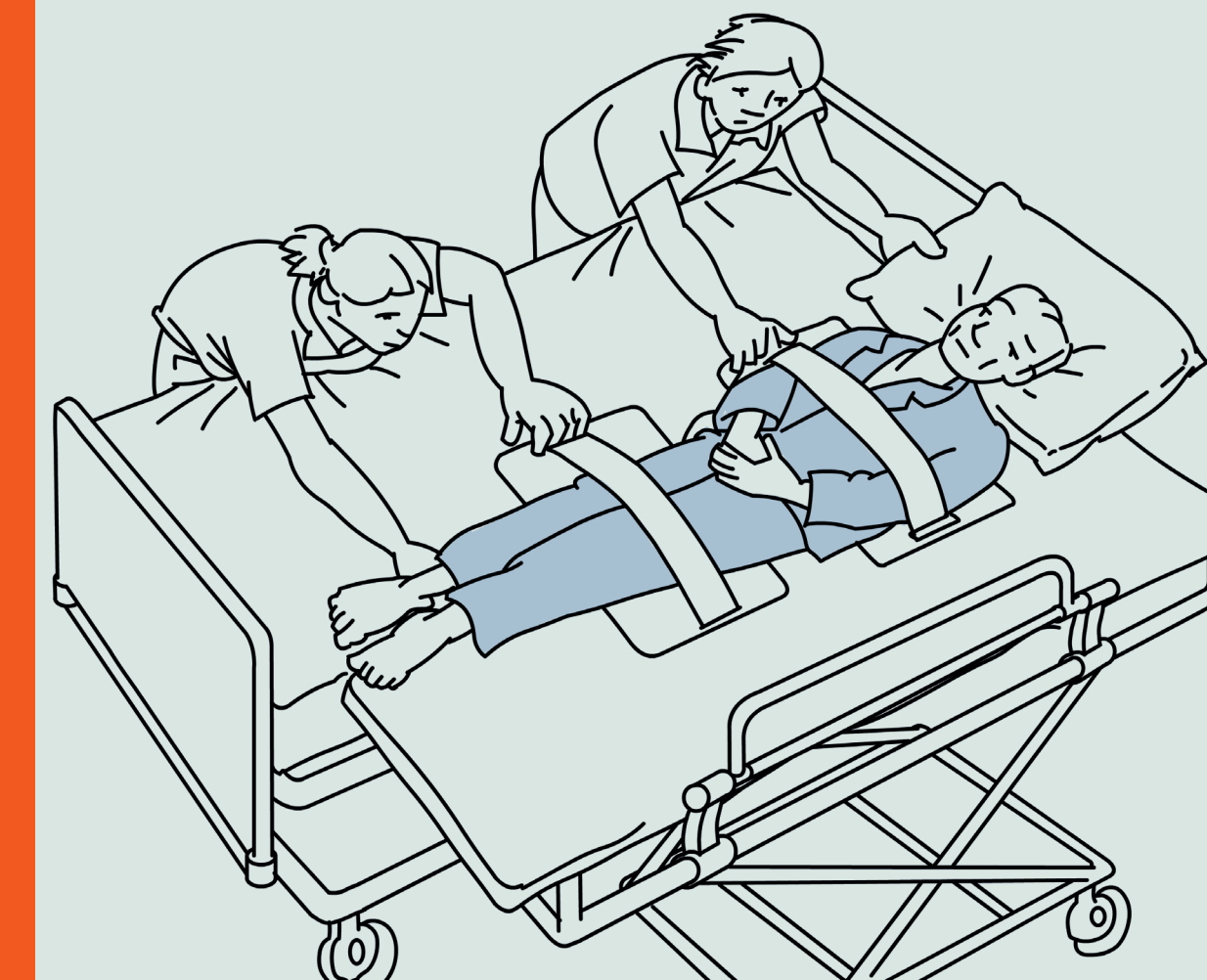


**PESOS SUPERIORES A 50 KG**



**UTILIZA LOS MEDIOS MECÁNICOS DISPONIBLES**

- Articulación de la cama
- Taburetes y asas
- Trapecios y deslizadores
- Polipastos
- Grúas
- Camas y camillas graduables en altura



MINISTERIO DE TRABAJO E INMIGRACIÓN



INSTITUTO NACIONAL DE SEGURIDAD E HIGIENE EN EL TRABAJO