

## TALLER

# MANIPULACION Y MOVILIZACION DE PACIENTES Y ERGONOMIA DE ESPALDA

(del 11 de noviembre al 30 de noviembre de 2017)

*Solicitada Acreditación a la Comisión de Formación Continuada de las Profesiones Sanitarias del Servicio Nacional de Salud para, Enfermeras, Fisioterapeutas y Técnicos en Cuidados Auxiliares de Enfermería*

### Unidad 1.- Introducción.

- Conceptos básicos.
  - Disco intervertebral.
  - Anatomía y fisiología de la columna vertebral.
  - Zonas con riesgo a ser más álgicas.
- Identificación de factores favorables y desfavorables.
  - Hábitos saludables.
  - Factores de riesgo que tengan efectos sobre la salud.

### Unidad 2.- Factores de riesgo.

- Fatiga física.
- Sobreesfuerzos

### Unidad 3.- Hábitos saludables.

### Unidad 4.- Movilización de pacientes.

- Principios básicos
- Técnicas de movilización
- Control de los puntos de presión
- Características del paciente.
  - Grado de dependencia.
  - Morfología
  - Limitaciones

### Unidad 5.- Ergonomía.

- Hábito postural
  - Reeduación postural
    - Propiocepción.
    - Potenciación.
    - Estiramientos.
  - Higiene postural.
    - Bipedestación estática.
    - Levantar y trasladar objetos.
    - Sedestación.
    - Movilizando pacientes.
    - Vida diaria.

### Unidad 6.- Ejercicios prácticos.