

## REFLEXIONES DE SEGURIDAD

Campaña Manejo Manual de Pacientes

### Mecánica corporal en la Manipulación Manual de Pacientes y Cargas



**MUTUAL**  
de seguridad

La presente reflexión puede ser utilizada en charlas o reuniones con motivo de la campaña o bien enviada a través de los canales formales de comunicación del Servicio o Institución.

#### Reflexión:

La mecánica corporal se refiere a las técnicas y posturas adecuadas para levantar, mover y manipular cargas y pacientes de manera segura y efectiva. Algunas consideraciones importantes para prevenir lesiones musculoesqueléticas incluyen: doblar las piernas, mantener en todo momento la espalda lo más recta posible, levantarse suavemente por extensión de las piernas, no dar tirones a la carga ni moverla de forma rápida o brusca, evitar la torsión del tronco, especialmente cuando la espalda está inclinada manteniendo la carga lo más apegada al cuerpo durante todo el levantamiento. Es importante recibir periódicamente capacitación y entrenamiento en técnicas de manipulación manual de carga y pacientes y en el uso de elementos de transferencia.

#### Aspectos claves de la reflexión:

- Las técnicas y posturas para levantar, mover y manipular carga y pacientes hacen referencia a la mecánica corporal.
- Es importante aplicar técnicas y posturas adecuadas en la manipulación de carga y pacientes puesto que estas previenen lesiones musculoesqueléticas.
- La capacitación y entrenamiento constante son importantes para el uso correcto de las técnicas de manipulación manual de carga y pacientes.

#### Conclusión emanada de la reflexión:

- La mecánica corporal para manipular carga y pacientes se refiere a las técnicas y posturas adecuadas para levantar, mover y manipular cargas de manera segura, la que, apoyada con elementos de transferencia de pacientes, puede prevenir la ocurrencia de lesiones musculoesqueléticas.



Campaña Manejo Manual de Pacientes

# REFLEXIONES DE SEGURIDAD



Nuestro tema de reflexión

¿Cuál es la reflexión grupal sobre este tema?

Anota tres actividades que se comprometen como equipo a realizar

Firma de los miembros del equipo

