



**Nombre de alumno: Omar David
Franco Navarro**

**Nombre del profesor: María del
Carmen López Silba**

Nombre del trabajo:

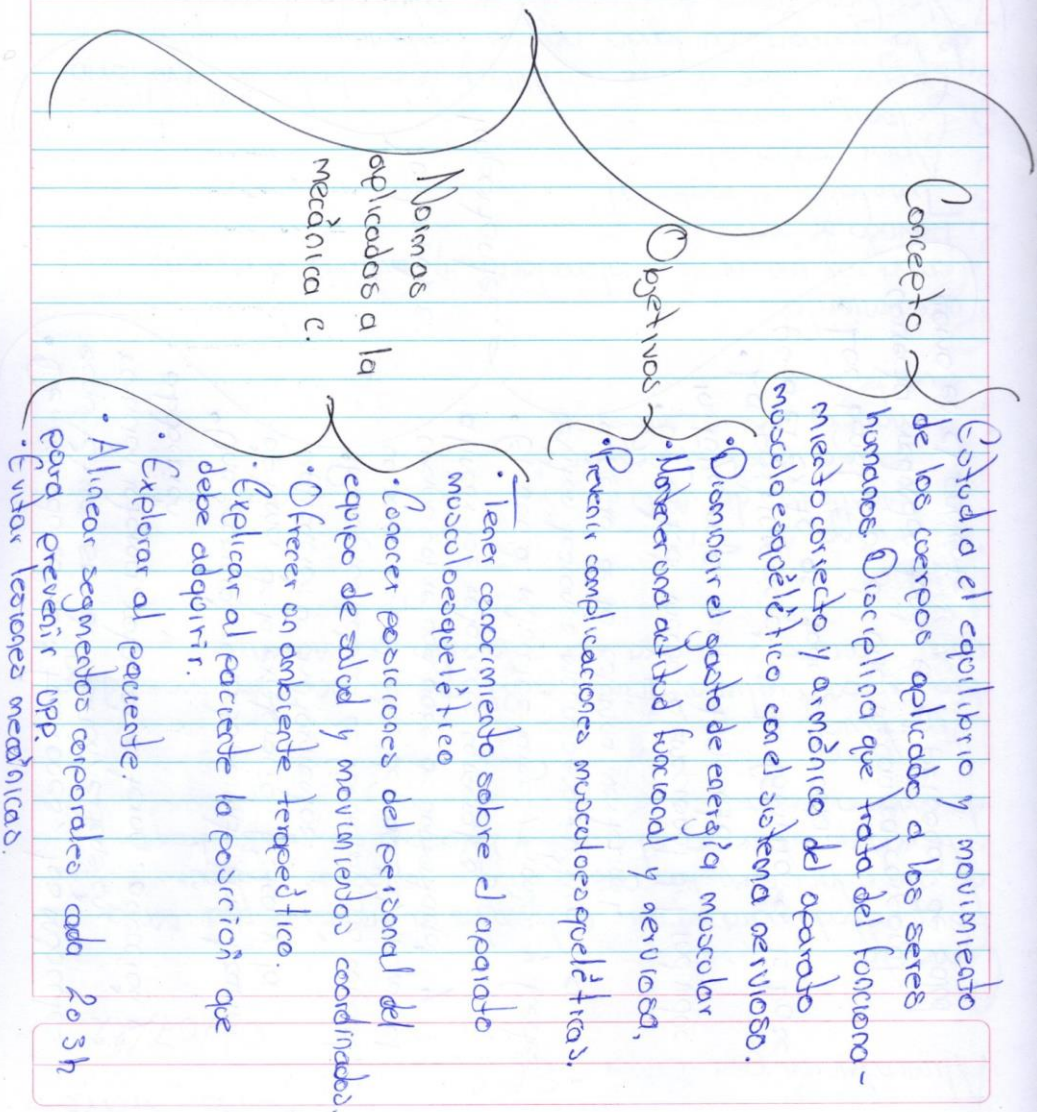
Materia:

Grado:

Grupo:

Comitán de Domínguez Chiapas a 04 de julio del 2022

Mecánica corporal.



Concepto

Estudio el equilibrio y movimiento de los cuerpos aplicado a los seres humanos. Disciplina que trata del funcionamiento correcto y armónico del aparato muscular esquelético con el sistema nervioso.

Disminuir el gasto de energía muscular

Mantener una actitud funcional y nerviosa,

prevenir complicaciones musculoesqueléticas.

Objetivos

Tener conocimiento sobre el aparato muscular esquelético

Conocer posturas del personal del equipo de salud y movimientos coordinados.

Dirigir un ambiente terapéutico.

Explicar al paciente la posición que debe adquirir.

Explorar al paciente.

Alinear segmentos corporales cada 20-30h para prevenir UPP.

Evitar lesiones mecánicas.

Normas aplicadas a la mecánica c.

Evitar lesiones mecánicas.

Mecánica
corporal

Fundamentos
importantes.

- De acuerdo con sus funciones, los músculos esqueléticos son de flexión, extensión, rotación interna, rotación externa, aducción y abducción.
- Una posición correcta permite la realización óptima de la exploración física y la aplicación de tratamientos.
- Principios básicos de funcionamiento corporal: mantener bajo el centro de gravedad, apoyar el cuerpo sobre una base de sustentación y alinear las relaciones corporales.
- El uso de músculos largos, grandes y fuertes evita lesiones musculoesqueléticas en especial de la columna vertebral.
- El estado mental o emocional del individuo influye en su comportamiento.
- La participación de la familia es la base para el éxito de todo programa.
- Los beneficios de una mecánica corporal correcta redundan tanto en el personal de salud como en el paciente.

Bibliografía

Reyes Gómez Eva. (2015). Tecnologías para el mantenimiento del cuidado : valoración del estado de salud de la persona. En Fundamentos de enfermería. Ciencia Metodología y tecnología(248). México, D.F.: El Manual Moderno.