

**Nombre de alumno: FATIMA LIZBETH PONCE SOBERANO**

**Nombre del profesor: MARÍA DEL CARMEN LÓPEZ SILVA**

**Nombre del trabajo: CUADRO SINOPTICO**

**Materia: FUNDAMENTOS DE ENFERMERIA III**

**Grado: TERCER CUATRIMESTRE**

**Grupo: A**

# MECÁNICA CORPORAL

## ¿QUÉ ES?

Es la buena posición de su cuerpo cuando usted está parado, sentado, acostado, caminando, levantando o cargando cosas pesadas.

Estudia el equilibrio y el movimiento de los cuerpos aplicado a los seres humanos y se conceptualiza como la disciplina que trata del funcionamiento correcto.



Cómo levantar objetos de forma segura

## ¿CUALES SON LAS POSICIONES?

Posición Erguida.  
posición Sedente.  
Posición Yacente.

Mecánica Corporal Intrahospitalaria. Posición Erguida o Anatómica: Alineación de segmentos corporales en sentido vertical con extremidades superiores a los lados del cuerpo, manos en pronación, cabeza recta y pies dirigidos hacia adelante. Los pies pueden tener diferente separación, según el caso.



## TECNICAS

sujete las cargas cerca del cuerpo para disminuir el efecto de su peso. Para evitar lesiones al voltear se mueva el tórax (desde los hombros hasta las caderas). Utilice una base de apoyo amplia (pies separados).



## OBJETIVOS

Se encarga de estudiar el equilibrio movimiento de los cuerpos aplicado a los seres humanos y se conceptualiza como la disciplina que trata el funcionamiento correcto y armónico del aparato musculoesquelético.



## **BIBLIOGRAFÍA**

Gómez, E. R. (2015). Fundamentos de enfermería: ciencia, metodología y tecnología. Editorial El Manual Moderno.

Potter, P. A., Perry, A. G., & Stockert, P. A. (Eds.). (2013). Fundamentos de enfermería. Elsevier Health Sciences.

Barrera, S. R., & Gómez, E. R. (2004). Fundamentos de enfermería. Editorial El Manual Moderno.

Castrillón Chamadoira, E. (2015). La enfermera transcultural y el desarrollo de la competencia cultural. Cultura de los Cuidados.

J. Anabel F. Coffré, Alicia J. D. Triviño, Maira C. Cujilán A. (2017). ENFERMERÍA Y LAS VÍAS DE ADMINISTRACIÓN DE MEDICAMENTOS. Centro de Investigación y Desarrollo Profesional.

de Seguro Social, C. C., & Médica, G. Procedimientos de Enfermería.

Ducha vaginal | Oficina para la Salud de la Mujer. (2019). Oficina para la Salud de la Mujer. <https://espanol.womenshealth.gov/a-z-topics/douching>