

**Nombre de alumno: Aguilar Zamorano  
Celina Guadalupe**

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

**Nombre del trabajo: Resumen Digital**

**Materia: Fundamentos de Enfermería**

**Grado: 3**

**Grupo: B**

TEMA

PLATAFORMA

FECHA

16/07/2022

# RESUMEN DE: POSTURAS CORPORALES MECÁNICA -- CORPORAL

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

## OBJETIVOS

- \* Disminuir el gasto de energía muscular
- \* Mantener una actitud funcional y nerviosa
- \* Prevenir complicaciones muscoesqueléticas

# NORMAS APLICADAS A LA MECÁNICA CORPORAL

- 1:- Tener conocimientos sobre el aparato musculoesquelético
- 2:- Conocer posiciones del personal del equipo de salud y movimientos coordinados
- 3:- Ofrecer un ambiente terapéutico
- 4:- Explicar al paciente la posición que debe adquirir
- 5:- Explorar al paciente
- 6:- Alinear segmentos corporales cada 2 o 3h para prevenir úlceras por presión
- 7:- Ofrecer comodidad y seguridad
- 8:- Evitar lesiones mecánicas del aparato musculoesquelético

# POSICIONES BÁSICAS

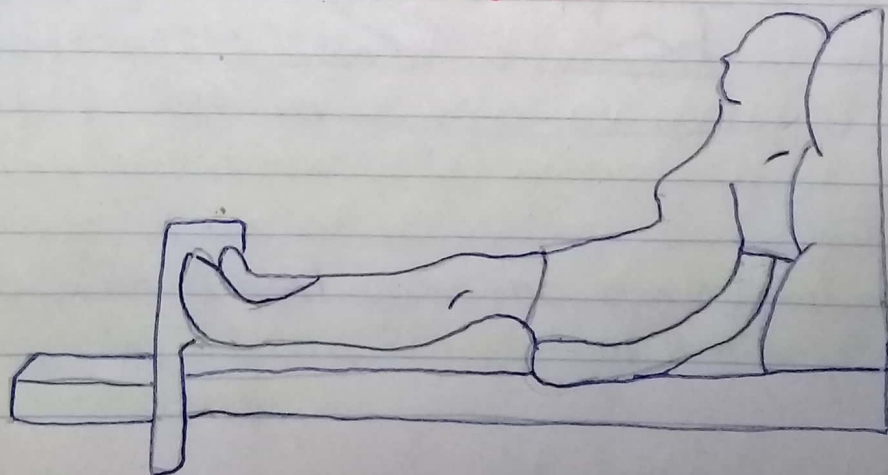
I. Posición erguida o anatómica  
Anatómica o erguida



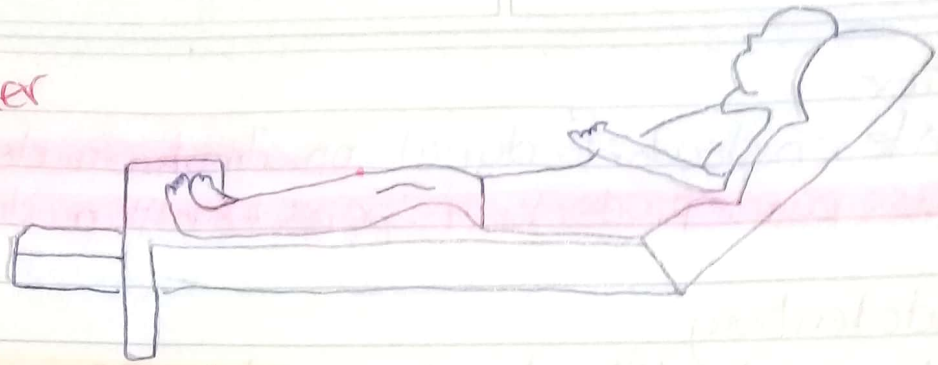
II. Sedente



Fowler



## Semifowler



III. Yacente o en decúbito dorsal o supina

Dorsal con piernas elevadas

### DESCRIPCIÓN:

Paciente en decúbito dorsal o supina con extremidades inferiores elevadas sobre almohadas o piecera de la cama.

III. Yacente o en decúbito dorsal o supina

Decúbito dorsal o supina



## Dorsosacra

Paciente en decúbito dorsal o supina con miembros inferiores flexionados, separación de rodillas y pies apoyados sobre un plano resistente

## Ginecológica o litotómica



## Rossier

Paciente en decúbito dorsal con almohada debajo de los hombros para producir hiperextensión de cuello.

## Trendelenburg

Paciente en decúbito dorsal con elevación de piédera de la cama a un ángulo entre  $30^\circ$  a  $45^\circ$ , de tal manera que la cabeza se encuentre en un plano más bajo que los pies.

## IV. Decúbito Ventral o pro na

Paciente acostado sobre su abdomen, cabeza de lado, extremidades superiores extendidas a los lados del tórax y abdomen y las inferiores en extensión.

## Navaja sevillana o de Krause

Paciente en decúbito ventral con inclinación de muslos formando un ángulo de  $90^\circ$  y piernas apoyadas sobre la parte inferior de la mesa de exploración. Inclinación parte superior de la mesa o cama, de tal forma que la cadera quede más elevada que el cuerpo.

## Decúbito lateral

Paciente acostada sobre el lado derecho o izquierdo, extremidades superiores en ligera flexión y la extremidad inferior del lado opuesto flexionada sobre la otra, colocar un cojín pequeño entre ambas extremidades.

## BIBLIOGRAFÍA

Fundamentos de enfermería (EVA REYES GÓMEZ)...EDITORIAL EL MANUAL MODERNO