



Mi Universidad

RESUMEN.

Nombre del Alumno: Erivian Usbaldo Felipe Vazquez.

Nombre del tema: Mecánica corporal.

Parcial: 3

Nombre de la Materia: Fundamentos de enfermería 3.

Nombre del profesor: María del Carmen López Silba.

Nombre de la Licenciatura: licenciatura En enfermería.

Cuatrimestre: 3

Lugar y Fecha de elaboración: Comitán de Domínguez Chiapas a 16/07/2022.

Mecánica Corporal.

La información relativa a mecánica es uno de los métodos que se utilizan para la valoración del estado de salud de la persona y como parte de la tecnología de mantenimiento que la enfermera realiza durante la movilización y traslado de transferencia de la persona o paciente con fines diagnósticos y terapéuticos.

Estudia el equilibrio y movimiento de los cuerpos aplicados a la ser humano, se conceptualiza como la disciplina que trata del funcionamiento del aparato musculoesquelético con compromiso del sistema nervioso.

Objetivos

- Disminuir el gasto de energía muscular.
- Mantener una actividad funcional y nerviosa.
- Promover complicaciones musculoesqueléticas.

NORMAS FUNDAMENTALES DE MECÁNICA CORPORAL

- Tener el conocimiento sobre el aparato musculoesquelético.
- Conocer posiciones del personal de salud del equipo coordinado.
- Ofrecer un ambiente terapéutico.
- Explicar al paciente la posición que debe de adquirir.
- Explorar al paciente.
- Ofrecer comodidad y seguridad.
- Entender lecciones mecánicas en el aparato musculoesquelético.

PRINCIPIOS GENERALES DE MECÁNICA CORPORAL

- Cuando se trabaja a favor de la gravedad facilita el movimiento.
- Las músculos se encuentran siempre en ligera contracción.
- El apoyo que realiza para mover un cuerpo depende de la resistencia del cuerpo.
- Apoyarse sobre la base amplia, separando muy bien los pies preparando estabilidad lateral y adecuada el centro de gravedad.

5 Normas relacionadas a la MECANICA CORPORAL:

- preparar el espacio físico en el que se realiza la actividad retirando los objetos que pudieran estorbar o interferir.
- Colocar al paciente a los objetos a movilizar en puntos adecuados.
- Aumentar la estabilidad corporal ampliando la base de sustentación y basando el centro de gravedad, para ello separar las pies adelantando un respecto al otro colaborando en dirección al movimiento, también refleccionar las pies.
- proteger las pies, espalda ni levantar un objeto pesado o suave no hay que doblar la cintura sino flexionar la piernas y elevar el cuerpo.
- utilizar el peso de nuestro cuerpo para facilitar la manobra de empuje o tirar del objeto.
- c) cuerpo debe de mantener una dirección alineada adecuada de mientras se hace un esfuerzo

