



UNIVERSIDAD DEL SURESTE

Erick Samuel Aguilar Moreno

Maria José Hernández Méndez

Submódulo 2

PASIÓN POR EDUCAR

Semestre: 3

Mecánica Corporal y Baño de Esponja

¿Qué es la Mecánica Corporal?

Es la manera correcta de mover el cuerpo para evitar lastimarse y trabajar de forma más eficiente, tanto al cuidar a pacientes como en actividades diarias.

1

MÉCANICA CORPORAL POSICIONES DEL PACIENTE



Posiciones Básicas

- Boca arriba (supino).
- Boca abajo (prono).
- Semisentado (Fowler).
- De lado (Sims).

3



¿Por qué importa?

- Para el paciente: Lo cuidas mejor y evitas molestias o lesiones.
- Para el personal de salud: Proteges tu cuerpo y trabajas más cómodo.

4



¿Qué es el Baño de Esponja?

Es limpiar al paciente con una esponja o toalla húmeda sin moverlo a la regadera, ideal para personas en reposo o con poca movilidad.

5

BAÑO DE ESPONJA



Consideraciones

1. Usa agua tibia y asegúrate de que el ambiente esté cálido.
2. Ten a la mano todo lo necesario (jabón, toallas, ropa limpia).
3. Sé delicado, especialmente con la piel sensible.

6



¿Cómo hacerlo?

- El uso excesivo de dispositivos electrónicos afecta la salud física y mental, especialmente en jóvenes. Es crucial fomentar hábitos responsables, como pausas activas y límites de tiempo, para mitigar el impacto negativo y aprovechar las ventajas educativas y laborales que ofrecen estas herramientas.
1. Limpia primero la cara, luego brazos, pecho, abdomen y piernas.
 2. Cambia el agua si se ensucia.
 3. Al final, lava las zonas íntimas con cuidado (de adelante hacia atrás).
 4. Seca bien y deja al paciente cómodo y limpio.

7



Conclusión

Tanto la mecánica corporal como el baño de esponja son esenciales en el cuidado de pacientes. La primera previene lesiones y facilita el trabajo, mientras que el segundo asegura la higiene, el confort y la salud de quienes no pueden valerse por sí mismos. Usar las técnicas adecuadas beneficia tanto al paciente como al personal que los atiende.