

Cuidado

MOVILIZACIÓN

MOVILIZAR MEJOR PARA CUIDAR MEJOR

Elegir soluciones pensando en las personas de hoy y en las necesidades de mañana

Por el equipo de fisioterapeutas de Karinter

La movilización forma parte de la vida cotidiana de cualquier residencia o centro sociosanitario. Incorporarse en la cama, cambiar de posición, pasar de la cama a la silla, acceder al baño, ducharse, ponerse de pie o desplazarse son acciones que se repiten cada día y que tienen un impacto directo tanto en la autonomía y el bienestar de la persona como en el trabajo de los profesionales que la atienden.

Sin embargo, resolver correctamente la movilización de un centro no consiste simplemente en disponer de ayudas técnicas. El verdadero reto está en disponer de las soluciones adecuadas y, sobre todo, del criterio necesario para saber cuándo, cómo y con quién utilizar cada una de ellas.

Porque no todas las personas necesitan el mismo nivel de asistencia. Y una misma persona tampoco necesita necesariamente la misma ayuda a lo largo del tiempo.

La dependencia no es una situación estática

Las capacidades funcionales

cambian. Pueden hacerlo como consecuencia de un proceso de rehabilitación, de una hospitalización, de una caída o una intervención quirúrgica; pueden mantenerse relativamente estables durante un período prolongado o disminuir progresivamente como consecuencia del envejecimiento o de determinadas patologías.

Esto obliga a entender las ayudas técnicas no como soluciones asignadas de manera definitiva, sino como herramientas que deben acompañar esa evolución.

Una grúa puede ser imprescindible para realizar una transferencia con seguridad en un determinado momento. Pero si

posteriormente la persona recupera capacidad para mantener el tronco, apoyarse, ponerse parcialmente de pie o participar activamente en la transferencia, quizá sea conveniente reconsiderar el nivel de asistencia.

También puede ocurrir exactamente lo contrario: mantener durante demasiado tiempo una transferencia manual cuando las capacidades de la persona han disminuido puede incrementar el riesgo para ella y generar un sobreesfuerzo innecesario para el profesional.

La cuestión, por tanto, no es utilizar más o menos ayudas técnicas. Es utilizar el nivel de ayuda adecuado.



Entre la transferencia manual y la grúa existe todo un mundo de soluciones

Cuando se habla de movilización de personas dependientes, resulta fácil pensar inmediatamente en las grúas. Son imprescindibles en numerosas situaciones y han transformado la seguridad y la ergonomía de muchas transferencias.

Pero una movilización bien planteada contempla un abanico mucho más amplio de posibilidades.

Un sistema deslizante puede facilitar un reposicionamiento en la cama reduciendo considerablemente la fricción y el esfuerzo. Una tabla de transferencia puede permitir que una persona conserve un grado importante de participación al pasar de una superficie a otra. Un disco giratorio o determinadas ayudas para la incorporación y la bipedestación pueden hacer posible una transferencia segura apro-

vechando capacidades que la persona todavía conserva.

En otros casos será necesaria una grúa de bipedestación, una grúa móvil de traslado o un sistema de techo.

Y esa misma lógica debe extenderse a actividades tan cotidianas y relevantes como utilizar el inodoro o ducharse, donde la elección adecuada de una silla de higiene, una solución móvil de ducha o una camilla puede condicionar tanto la seguridad como la dignidad y comodidad del usuario y las condiciones de trabajo del cuidador.

No se trata, por tanto, de establecer una jerarquía entre soluciones sencillas y complejas. La mejor solución no es necesariamente la que proporciona más asistencia, sino la que aporta la asistencia que realmente se necesita.

Autonomía y seguridad no deberían ser conceptos opuestos

En ocasiones, la búsqueda de

seguridad puede conducir involuntariamente a sustituir capacidades que la persona todavía conserva.

Si una ayuda técnica hace por el usuario aquello que todavía puede hacer por sí mismo, puede reducir oportunidades de participar activamente en actividades cotidianas. El movimiento, la fuerza, el equilibrio y la coordinación también se mantienen utilizándolos.

Pero preservar autonomía tampoco significa asumir riesgos innecesarios.

Cuando una persona ya no puede participar de forma segura en una transferencia, insistir en realizarla manualmente no favorece su independencia y puede comprometer tanto su seguridad como la salud del cuidador.

El objetivo debería ser encontrar ese punto de equilibrio en el que la persona participa hasta donde puede y la ayuda técnica interviene hasta donde resulta necesario. Y ese punto no es permanente. Debe revisarse conforme cambian las capacidades.

Pensar también en el centro que tendremos mañana

Existe además una segunda dimensión que merece ser conside-

La mejor solución no es necesariamente la que proporciona más asistencia, sino la que aporta la asistencia que realmente se necesita.



rada cuando un centro planifica sus soluciones de movilización.

Las necesidades no cambian únicamente porque evolucionen las personas que ya viven en él. También cambia, con el tiempo, el propio perfil asistencial del centro.

Por eso, especialmente cuando se trata de inversiones destinadas a permanecer muchos años en servicio, la decisión no debería responder únicamente a una necesidad puntual. Conviene valorar la versatilidad de las soluciones, su capacidad para adaptarse a usuarios con diferentes niveles de dependencia y la posibilidad de acompañar necesidades que previsiblemente evolucionarán.

Esto no significa intentar anticipar exactamente cómo serán los residentes dentro de tres o cinco años. Significa evitar que la compra de equipamiento sea una sucesión de respuestas aisladas y empezar a contemplar la movilización como una realidad asistencial en su conjunto.

Del producto al criterio compartido

En Karinter, esta forma de entender la movilización parte del trabajo conjunto entre nuestro equipo de fisioterapeutas y los profesionales de los centros, que son quienes mejor conocen a las personas que atienden, su evolución y la realidad cotidiana en la que deben desenvolverse.

Ese conocimiento del usuario y del día a día del centro se combina con la experiencia de Karinter en soluciones de movilización para analizar cada necesidad desde distintas perspectivas: qué puede hacer la persona por sí misma, dónde necesita apoyo, qué actividad se quiere facilitar, en qué entorno se realiza y qué condiciones de seguridad y ergonomía requiere el profesional que la asiste.

A partir de ese conocimiento compartido, el objetivo no es encajar a la persona en una solución predeterminada, sino encontrar el nivel de apoyo que permita combinar de la mejor manera posible autonomía, seguridad y ergonomía, y revisar

la decisión cuando cambien las circunstancias.

Este enfoque exige disponer de un abanico suficientemente amplio de ayudas para responder a situaciones y niveles de dependencia diferentes, pero exige algo todavía más importante: conocimiento para seleccionar correctamente, formación para utilizarlas bien y capacidad para revisar las decisiones cuando las necesidades cambian.

Porque movilizar mejor no significa incorporar más tecnología ni proporcionar más asistencia. Significa utilizar los recursos adecuados para que cada persona pueda seguir haciendo todo aquello que todavía puede hacer, recibir el apoyo que realmente necesita cuando lo necesita y permitir que quienes la cuidan puedan hacerlo en condiciones de seguridad y ergonomía.

Eso es, en definitiva, movilizar mejor para cuidar mejor.

Karinter

Soluciones integrales para la
movilización
www.karinter.com

