

## **MÓDULO 1: Higiene Postural: Movilización de Pacientes y Prevención de Lesiones de Espalda**

---

### **TEMA 1. Presentación de los Objetivos y Exposición Teórica del Método**

Introducción

Descripción de Tareas del Auxiliar de Enfermería

Riesgos Generales de la Actividad

Riesgos Músculo-Esqueléticos

Lo que hemos aprendido

Test

Actividades

### **TEMA 2. Prácticas de Educación Gestual Específica**

Ergomotricidad

Ergonomía Geométrica de Seguridad

Distancia de Seguridad según los Gestos

Distancia de Seguridad en Dispositivos

Lo que hemos aprendido

Test

### **TEMA 3. Aplicaciones Concretas en Función de las Patologías. Prácticas de Desplazamientos Espontáneos. Recuerdo Anatómico de la Espalda. Fisiología, Causas del Dolor de Espalda y Factores Desencadenantes del Dolor**

Definición de las Lesiones Músculo-Esqueléticas (LMS)

Causas de las Lesiones Músculo-Esqueléticas (LMS)

Anatomía de las Lesiones Músculo-Esqueléticas: ¿Dónde se Localizan?

Identificar los Riesgos de Lesiones Músculo-Esqueléticas: ¿Por qué se Producen las LMS entre los Auxiliares?

Efectos sobre la Salud: el Dolor como Aliado

Lo que hemos aprendido

Test

Actividades

### **TEMA 4. Gestos y Posturas Fundamentales**

Posturas Habituales Correctas

Ejercicios Físicos de Mantenimiento

Principios Básicos para la Realización de una Correcta Manipulación Manual de Pacientes (MMP)

Lo que hemos aprendido

Test

Higiene Postural: Movilización de Pacientes y Prevención de Lesiones de Espalda

## **TEMA 5. Adaptación del Método a las Diferentes Movilizaciones. Traslados Silla-Cama, Cama-Silla, de Pie-Sentado. Ayudas a la Marcha, Uso de las Ayudas Mecánicas**

Introducción

Técnicas de Movilización Manual de Pacientes

Concienciación al Personal de la Importancia de Usar las Ayudas

Ayudas Manuales a la Bipedestación y la Marcha

Ayudas Mecánicas Usadas en la Movilización de Pacientes

Protección de Trabajadoras Embarazadas ante la Movilización de Pacientes. "Método Ergomater"

Lo que hemos aprendido

Test

## **TEMA 6. Tratamiento, Normas Básicas en el cuidado de la Espalda**

La Ergonomía

Principios en la Manipulación de Cargas

La Biomecánica

Principios Básicos de la Biomecánica Corporal

El Instituto de Biomecánica de Valencia (IBV)

Legislación Básica sobre Ergonomía

Lo que hemos aprendido

Test

## **TEMA 7. Nociones Útiles de Metodología Biomecánica Ergonómica y su Legislación**

Introducción

Normas Básicas

Levantamiento de Cargas

Otras Acciones

Recomendaciones

Lo que hemos aprendido

Test

## **TEMA 8. Prevención, Normas a Nivel Laboral y a Nivel Privado en el Entorno Físico por parte del Trabajador**

Criterios de Evaluación de los Distintos Riesgos Músculos-Esqueléticos (Normativa, Criterios Técnicos,...) en los Auxiliares de Clínica

Acciones Preventivas de los Riesgos Músculo-Esqueléticos

Lo que hemos aprendido

Test

Actividades

## **Glosario**

---

## **Bibliografía**

---

