



## QUE SE ENTIENDE POR RESTRICCIÓN DE MOVIMIENTOS UNA GUIA PARA LOS PACIENTES Y SUS FAMILIAS (UNDERSTANDING RESTRAINTS A GUIDE FOR PATIENTS AND FAMILIES)

Siendo que nuestra meta es la de evitar el limitar la actividad de los individuos, ésta puede llegar a ser necesaria en algunas situaciones con el objeto de reducir el riesgo de que se lesionen a sí mismos o que lesionen a otros. El limitar la actividad física puede ser necesario para dar a los pacientes el tratamiento que requieren cuando no están en condiciones de tomar decisiones y no pueden cooperar para su cuidado. Este folleto se ha diseñado para explicar como y por qué los sujetamos, así como las alternativas de que disponemos y lo que la familia y amistades pueden hacer para ayudar.

### POR QUÉ SUJETAMOS

A los pacientes se les sujeta para *reducir el riesgo de que se ocasionen lesiones a sí mismos o a otros*. Estas detenciones pueden ser de ayuda para:

- Evitar que los pacientes tiren de sus tubos de plástico y líneas de alimentación intravenosa.
- Limitar su actividad física durante un procedimiento.
- Recordarle a los pacientes que necesitan ayuda para levantarse.
- Evitar que los pacientes se lesionen a sí mismos o que lesionen a quienes se encargan de su cuidado; a otros pacientes o a visitantes.

### ALTERNATIVAS PREVIAS

Cuando se presenta la posible necesidad de sujetar al paciente, los miembros del equipo del cuidado de la salud tratan primero de utilizar *otros métodos de inmovilización o intervenciones para prevenir un comportamiento nocivo*. Comprobamos si existen razones que le causen confusión o agitación al paciente; como por ejemplo, necesidad de comer, que tenga sed, necesidad de ir al baño, dolor y reacciones a su medicamento. Tratamos de que el individuo esté lo más cómodo posible ajustando las luces, la temperatura, niveles de ruido, etc. Si los pacientes están confundidos, procuramos encontrarles actividades que reduzcan su confusión tales como sus programas favoritos de televisión o de la música que disfruten. Podemos proporcionarles actividades o trabajos sencillos para que hagan tales como doblar toallas, para mantener sus manos ocupadas con el objeto de que no jalen sus líneas o tubos de plástico. En algunos casos, tratamos de utilizar alarmas en sus camas o sillas para alertar al personal cuando el paciente esté tratando de salirse de la cama o levantándose de la silla estando él sólo.

### LO QUE LA FAMILIA Y AMISTADES PUEDEN HACER

La familia y las amistades del paciente pueden ayudar a reducir la necesidad de utilizar estas inmovilizaciones o a ayudar de la siguiente manera a que el paciente se relaje cuando sus movimientos están limitados.

- Trayendo objetos de sus casas tales como fotografías u otros que le sean familiares que lo calmen mientras están acompañándolo en el hospital.
- Visitándolo con frecuencia para tranquilizarlo de una manera calmada.

- Explicándole al paciente las razones por las cuales está sujeto.
- Dejando sus números de teléfono a donde el paciente pueda ponerse en contacto con ustedes en el caso de que el equipo al cargo de su cuidado considere que su presencia sea beneficiosa para su tranquilidad.

### **CUANDO LA INMOVILIZACIÓN FÍSICA SE VUELVE NECESARIA**

Si otras alternativas no dan el resultado deseado, el equipo al cuidado de su salud puede sujetar al paciente *haciéndole el menor daño y por el menor tiempo posible.*

### **DURANTE EL TIEMPO DE INMOVILIZACIÓN FÍSICA**

Los miembros del equipo al cuidado de su salud vigilan al paciente con frecuencia para asegurarse de su bienestar. Revisan su respiración, circulación y piel. Cuando es médicamente apropiado, se les ofrece comida, líquidos y la oportunidad de ir al baño. Estas sujeciones se remueven entonces y se vuelven a colocar cada vez que sea necesario. Estas sujeciones también se remueven cuando el personal, familiares y amigos pueden permanecer al lado del paciente y pueden prevenir un comportamiento dañino.

### **REMOVIENDO LA INMOVILIZACIÓN FÍSICA**

*Tan pronto como el comportamiento del individuo cambia, un aparato menos restrictivo puede utilizarse, o si la inmovilización física ya no es necesaria, entonces se remueve.*

Si usted tiene alguna pregunta o preocupación acerca de estas inmovilizaciones, haga el favor de escribirlas a continuación y diríjase al equipo del cuidado de la salud acerca de ellas.

---

---

---

Doctor de Cuidados Primarios \_\_\_\_\_

Enfermera de Cuidados Primarios \_\_\_\_\_

Pueden ser contactados al: \_\_\_\_\_

(Número de teléfono)