

## Programa de movilidad progresiva temprana

El reposo prolongado en cama de los residentes provoca a menudo muchos problemas, como dificultades funcionales y de movilidad, privación del sueño, delirio, alteración del estado nutricional, aumento en el tiempo de estadía en el hospital y rehabilitación posterior a la hospitalización y una carga general para el sistema de atención médica. Con el fin de abordar estos problemas, se introdujo la práctica de ejercicio de manera temprana y la movilidad progresiva a modo de intervención para disminuir la duración del delirio y los días con respirador.

La sarcopenia, una pérdida de masa muscular, puede comenzar **después de solo 2 días de reposo en cama** y disminuye la fuerza muscular en un 1% a 3% por día. Una semana de reposo en cama puede resultar en un 20% de disminución en la fuerza muscular y una pérdida de la fuerza muscular del 20% para cada semana de reposo en cama.

### Propósito

Introducir un programa de movilidad diseñado para mantener la movilidad inicial y la capacidad funcional, disminuir la incidencia del delirio y disminuir el tiempo de estadía de los pacientes hospitalizados.

### Objetivos

- Emplear un enfoque multidisciplinario en la movilidad temprana como parte de la rutina clínica diaria
- Mantener a los residentes en los niveles normales de movilidad y funcionalidad
- Iniciar un protocolo de movilidad cuando un residente se encuentra hemodinámicamente estable
- Realizar actividades con los residentes por lo menos dos veces al día (si se consulta con la fisioterapia, el personal de enfermería continuará ocupándose de la movilidad del residente 1 o 2 veces por día además de la fisioterapia)

Las intervenciones de movilidad tempranas requieren un enfoque coordinado con un equipo multidisciplinario. Su equipo debe estar formado por enfermeras, terapia respiratoria, fisioterapia, farmacia, terapia ocupacional y un médico. Este enfoque coordinado incluye la utilización de un protocolo dirigido por el personal de enfermería para lograr que el residente se levante de la cama más rápido.

### Resultados previstos

Movilizar a los residentes pronto puede mejorar los resultados del residente. El uso de un protocolo de movilidad temprana debe:

- Minimizar las complicaciones del reposo en cama

Copyright © 2020 HCRMS, Inc. Todos los derechos reservados.

*Esta política y procedimiento no tiene la finalidad de reemplazar el criterio informado de médicos, enfermeros u otros profesionales médicos individuales, ni tiene la finalidad de ser una declaración de estándares comunitarios predominantes o estándares de práctica mínimos. Es un método y una técnica sugeridos para lograr una atención médica óptima, y no un estándar mínimo por debajo del cual los residentes serían necesariamente colocados en riesgo.*

### Programa de movilidad progresiva temprana

- Mejorar la funcionalidad general del residente
- Mejorar la fuerza y resistencia generales
- Disminuir el tiempo de estadía en el hospital

No se puede pasar por alto el beneficio psicológico de la ambulación temprana para el residente.

Algunos pasos que puede realizar para continuar con su progreso de movilidad temprana pueden ser analizar el estado de movilidad de cada residente en tiempo real durante las visitas multidisciplinarias. El estado de la movilidad de los residentes debe discutirse también durante el informe entre turnos y cuando se traslada a los residentes a otras unidades o desde otras unidades. A modo de recordatorio visual, se puede publicar algoritmos de movilidad, y el protocolo de movilidad debe formar parte de la orientación de empleados nuevos para miembro del personal adecuados.

Considere establecer un programa de tecnología de movilidad (similar a un programa de restauración) donde asistentes de enfermería certificados puedan actuar como un puente entre la práctica de enfermería y la terapia física u ocupacional. Ellos pueden ocuparse de la movilidad de cualquier residente que el fisioterapeuta determine que no requiere terapia especializada o más que una asistencia mínima para moverse. Al asociarse con el personal de enfermería y fisioterapia con el fin de crear un programa de tecnología de movilidad, las tecnologías de movilidad pueden asistir en la movilidad temprana de residentes y ayudar a prevenir el deterioro.

<https://www.ahrq.gov/hai/tools/mvp/modules/technical/nurse-early-mobility-protocols-fac-guide.html>

He leído, comprendo y acepto adherir a las exigencias indicadas en esta política y procedimiento.

Firma del administrador: \_\_\_\_\_ Fecha: \_\_\_\_\_

Firma del Director Médico: \_\_\_\_\_ Fecha: \_\_\_\_\_

Copyright © 2020 HCRMS, Inc. Todos los derechos reservados.

*Esta política y procedimiento no tiene la finalidad de reemplazar el criterio informado de médicos, enfermeros u otros profesionales médicos individuales, ni tiene la finalidad de ser una declaración de estándares comunitarios predominantes o estándares de práctica mínimos. Es un método y una técnica sugeridos para lograr una atención médica óptima, y no un estándar mínimo por debajo del cual los residentes serían necesariamente colocados en riesgo.*

**Programa de movilidad progresiva temprana**

Fechas de revisión: \_\_\_\_\_

MUESTRA

Copyright © 2020 HCRMS, Inc. Todos los derechos reservados.

*Esta política y procedimiento no tiene la finalidad de reemplazar el criterio informado de médicos, enfermeros u otros profesionales médicos individuales, ni tiene la finalidad de ser una declaración de estándares comunitarios predominantes o estándares de práctica mínimos. Es un método y una técnica sugeridos para lograr una atención médica óptima, y no un estándar mínimo por debajo del cual los residentes serían necesariamente colocados en riesgo.*