

VISITAS DOMICILIARIAS.

Realizo visita domiciliaria, encontrándome a la paciente con reposo relativo, en su habitación está rodeada de sus nietos y demás familiares.

Se le tiene asignada una habitación, la cual se observa en buenas condiciones de higiene, buena iluminación y ventilación.

La paciente transita en silla de ruedas al baño y a la mesa, para comer., la alimentación es buena en calidad y cantidad; ingiere los alimentos con buen apetito.

Utiliza un andador para sostenerse y estar de pie sin apoyar el M.I.D., éste fué orden del médico tratante.

Durante su convalescencia recibe una orientación respecto a los ejercicios que puede realizar, siendo éstos los siguientes:

ARTICULACION DEL HOMBRO:

Abducción del hombro.- Alejar el brazo de uno de los costados, tratando de llevarlo hacia la cabeza, después devolver el brazo al costado en una posición neutra (abducción).

Rotación interna del hombro.- Con el brazo a nivel del hombro, flexionar el codo con un ángulo de 90° con la palma de la mano en sentido de los pies, y girar el miembro superior hasta que la palma y el antebrazo miren hacia abajo (estén apoyados en el lecho).

Rotación externa del hombro.- Con el brazo a nivel del hombro, flexionar el codo con un ángulo de 90° y la palma de la mano en sentido de los pies. En esta posición, girar el miembro superior hasta que la palma y el antebrazo miren hacia el techo.

Flexión del hombro hacia adelante.- Mover el brazo hacia adelante y hacia arriba hasta que prácticamente quede a un lado de la cabeza.

Pronación del antebrazo con el codo a nivel de la cintura.- El brazo tendrá un ángulo de 90° girar la mano de modo que la palma mire hacia abajo.

Supinación del antebrazo.- Con el codo a nivel de la cintura y el brazo flexionado a 90°, girar la mano, de modo que la palma quede mirando hacia arriba.

alejándolo de la cara anterior de la pierna (flexión plantar).



Inversión y eversión del pie. Mover el pie de modo que la planta mire hacia afuera (eversión) y después hacia -- adentro (inversión).

EL SABER DE MIS HIJOS
PARA MI GRANDEZA
BIBLIOTECA DE LA ESCUELA
DE ENFERMERIA

Flexión de los dedos del pie. Estirar los dedos para acercarlos hasta donde sea posible, en sentido de la cara anterior de la pierna.

Para la preparación glútea, contrae o aprieta las nalgas mientras cuenta hasta cinco; luego descansa contando hasta cinco y vuelve a repetir el ejercicio

Para dar fuerza a los músculos de las extremidades superiores para emplear el andador, la paciente levanta su cuerpo de la silla empujando sus manos contra el asiento de la silla o del colchón; levantar sus brazos por encima de su cabeza y luego bajarlos en forma rítmica, lenta, mientras sostiene algo pesado en sus manos, aumentando el peso gradualmente por levantar.