

# Paso-a-Paso: Cómo Mover a una Persona de la Cama a la Silla de Ruedas

Cómo Mover a una Persona de la Cama a la Silla de Ruedas.

Empieza lavándote las manos con agua y jabón mínimo por 20 segundos.

Coloca la silla de ruedas cerca de la cabecera o piecero de la cama. Asegúrate de que las ruedas están bloqueadas y que los reposapiés están movidos de lado o retirados.

Pídele a la persona que cruce los brazos sobre su pecho y que doble la pierna más alejada a ti.

Mientras doblas las rodillas, coloca una mano debajo del hombro más alejado y la otra detrás de su cadera. Gírala hacia ti.

Con una mano apoya el área del hombro de arriba mientras colocas la otra mano detrás de sus rodillas. Después mueve las piernas de la persona sobre el borde de la cama.

Coloca una mano en su espalda, apoyando su cuello y ayudando a que se siente.

Coloca un cinturón de traslado para ayuda al transferirla a la silla de ruedas.

Ayuda a que la persona se deslice hasta la orilla de la cama para que los dos pies toquen el piso.

Ayuda a que se ponga y abroche los zapatos.

Pídele a la persona que coloque sus manos en tus hombros. Agarra el cinturón de traslado.

Con tus rodillas dobladas y la espalda recta, cambia tu peso para parar a la persona. La pierna más alejada de la silla de ruedas debe estar apoyada entre tus piernas.

Ayuda a que la persona gire hacia la silla de ruedas conforme la sostienes. Siempre transfiere hacia el lado más fuerte de la persona.

Conforme la persona se inclina hacia ti, dobla tus rodillas y bájala por completo hacia el respaldo de la silla de ruedas.

Vuelve a colocar los reposapiés a la posición segura y ayuda a que la persona coloque las piernas ahí.

Lávate las manos con agua y jabón otra vez, mínimo por 20 segundos.