

AMBULACIÓN

El auxiliar puede proporcionar gran ayuda al paciente a recuperar la confianza en su capacidad para volver a caminar.

Es importante que el paciente aprenda a mantener un buen equilibrio del tronco estando sentado, antes de tratar de ponerse de pie, y a estar de pie, antes de intentar caminar. El enfermo usará zapatos, y no pantuflas. No debe permitirse que se fatigue y en un principio sólo debe intentar caminar distancias cortas.

Son varias las formas por las cuales el auxiliar puede sostener al paciente. Podrá colocar el brazo que se encuentra más cercano al sujeto debajo del brazo de éste en la zona del codo y tomarlo de la mano. Sincroniza sus pasos con los del paciente, y cuando éste adelanta su pie derecho adelantamos el izquierdo.

Otro método consiste en tomar la mano izquierda del paciente con la misma mano y rodearle la cintura con la mano derecha. También en este caso se sincroniza la marcha para que la base de sostén sea lo más ancha posible.

En algunos casos, el auxiliar deberá ayudar a caminar al sujeto que sufre debilidad de un lado del cuerpo. Un método seguro es sostener al paciente por el lado sano. El paciente pasa el brazo sano alrededor del hombro del auxiliar y toma su mano. El auxiliar pasa su otro brazo alrededor de la cintura del paciente; ambos avanzan, el paciente con el pie débil y la enfermera con el opuesto, a fin de tener una base de apoyo tan amplia como sea posible.

Formas de andar con muletas:

Paso de dos puntos: este paso tiene el siguiente orden: muleta derecha y pie izquierdo simultáneamente, muleta izquierda y pie derecho simultáneamente.

Paso de tres puntos: con el siguiente orden: las dos muletas y la pierna más débil, y luego la pierna más fuerte.

Paso de cuatro puntos: Este tiene el orden siguiente: muleta derecha, pie izquierdo, muleta izquierda y pie derecho. Es un paso particularmente seguro, porque hay siempre tres puntos de apoyo en el suelo a la vez.

Paso del trípode: hay dos pasos del trípode; en uno de ellos, el paciente adelanta las dos muletas simultáneamente y tira luego el cuerpo hacia adelante; en el otro, en cambio, adelanta una muleta primero, otra después, y luego tira del cuerpo hacia adelante.

Paso del columpio: hay dos pasos de columpio, a saber: el paciente adelanta las muletas y mece el cuerpo hacia ellas; en el otro, en cambio, mece el cuerpo más allá de las muletas.