

GUÍA DE CUIDADOS DEL MIEMBRO SUPERIOR LUEGO DE UN ACV



Cuidados Posturales

Los cuidados de la mano y el brazo previenen posibles complicaciones como contracturas, dolor, edema y debilidad. Además, ayudarán a la recuperación y reconocimiento del cuerpo.

- *El brazo afectado debe permanecer a la vista del paciente, el codo semiextendido, la mano abierta y los dedos estirados. Evitar que el brazo quede atrapado por debajo del cuerpo, la muñeca doblada o colgando fuera de la cama.*
- *Al sentarse al borde de la cama, o con el respaldo elevado, el brazo no debe colgar, debe estar siempre apoyado sobre una mesa por delante o arriba de un almohadón para evitar la subluxación.*
- *Si el brazo o la mano presentara aumento de tamaño o temperatura por edema, se sugiere mantenerlo elevado y colocar frío.*
- *Si hay alteración de la sensibilidad, cuidar el contacto con superficies cortopunzantes o de temperaturas extremas.*
- *Si se lo indicó el terapeuta, colocar una férula de posición en la mano.*

Movilizaciones del brazo

- Si el paciente tiene debilidad del brazo, hay que ayudarlo con nuestras manos de forma "pasiva" a moverlo. Es muy importante que el hombro sea movilizado diariamente.
- Los movimientos se deben realizar con nuestras DOS manos, de manera lenta en el rango de movimiento que no ofrezca resistencia.
- Elija para los ejercicios un momento donde el paciente se encuentre tranquilo y despierto, hable con frases cortas y simples y anticipe lo que le hará.
- Identifique si hay señales de dolor y no prosiga en ese caso.

Movilización de hombro



Movilización de codo



Movilización de muñeca



- Si el paciente logra algunos movimientos con su brazo, ayudarlo y estimularlo a usarlo e incorporarlo en simples pasos de sus actividades básicas, sin que éste le demande esfuerzo o extrema dificultad. (Agarrar un vaso, sostener una botella, etc.)



Estimulación de la mano

- La mano afectada debe ser estimulada diariamente por el familiar, ayudándolo a tocar diferentes texturas y objetos conocidos por el paciente.



Estimular la PALMA con un palito, cepillo o nuestros propios dedos, haciendo movimientos superficiales y suaves como de atornillado y rasgado. Se hará en el siguiente orden:

- 1 Zona del dedo meñique
- 2 Área entre los metacarpos y los dedos (espacios interdigitales).
- 3 Eminencia tenar. (PULGAR)
- 4 Pulpejos de los dedos (PUNTA DE LOS DEDOS).



3



4



El dedo índice es el que más receptores sensitivos posee, nos da la posibilidad de sentir más.

El entrenamiento puede realizarlo todas las veces que visita a su familiar, siempre que el paciente esté despierto y logre prestar y mantener la atención. Ayúdelo a ponerse crema en palma y dorso de la mano así como en todo el resto del brazo afectado.

A

Con los ojos abiertos tocar con la mano débil, diferentes objetos y texturas y luego tocar el mismo objeto con la mano sana, comparando las sensaciones. Si el paciente no puede mover la mano por sí mismo, usted mueve la mano del paciente con las suyas de la siguiente manera:



B

Con los ojos cerrados, buscar y reconocer objetos, luego abrir los ojos y corroborar si los reconoció. Comparar con la mano sana. Se puede usar arena, cepillos, porotos etc, además de la manipulación de diferentes objetos con diversas características sensoriales y bordes y aristas pronunciados.



Córdoba 4545 (B 7602 CBM)
Tel. (0223) 499-0000 | Mar del Plata. Argentina.
www.hpc.org.ar