



- Mantenga una postura erguida con la espalda recta.
- Mantenga abdomen activo en todo momento.
- · Use todo el cuerpo para moverse, evitando sobrecargar sus brazos.

• Somos Redclinica (f) (y) (5) (in)



HOSPITAL CLINICO UNIVERSIDAD DE CHILE

EN LA PRÁCTICA

• Para asistir a una paciente a levantarse, debe aprovechar las ventajas mecánicas de su cuerpo y así realizar la menor fuerza posible. Debe ocupar el peso de su cuerpo y levantarse al mismo tiempo que el asistido, evitando sobrecargar sus brazos y espalda.

• Somos Redclinica (f) (y) (5) (in)

