

## Movimiento y salud. Un proyecto hospitalario multidisciplinar

**María Victoria Miranda Camarero, María del Pinar de Lucas Garrido, Margarita Sacristán Rodríguez, Diana Sánchez Vergara**

Hospital Universitario de La Princesa. Madrid

### Introducción:

La inmovilidad y los largos ingresos hospitalarios de ciertos pacientes y su deterioro progresivo, plantearon la necesidad de abordar precozmente el mantenimiento de la movilidad e independencia en las actividades de la vida diaria de aquellas personas que eran independientes o parcialmente independientes previamente a su ingreso. En base a la necesidad valorada, se diseñó un proyecto multidisciplinar para prevenir la pérdida de autonomía durante el ingreso. La implementación del mismo se inició en diciembre de 2013 en el Servicio de Nefrología de un hospital público.

### Objetivo:

Nuestra meta es conservar la autonomía del paciente implicándole a él y a su familia en el mantenimiento y mejora de su funcionalidad e independencia previniendo así, las complicaciones derivadas de la inmovilización, disminuyendo su estancia hospitalaria y facilitando su regreso al domicilio.

### Material y método:

Nos basamos en: protocolo de actuación, guía de autocuidados, escala de Barthel modificada y validada, recomendaciones al alta y recursos humanos.

Los criterios de inclusión en programa son la estabilidad clínica y una puntuación mínima de escala de 20 puntos. Al ingreso, se realiza una valoración conjunta de la autonomía del paciente. Si es candidato al programa, la/el

fisioterapeuta entregará la documentación, informará y aclarará dudas. Dicha guía contiene las pautas y recomendaciones en texto e imágenes, así como una tabla para registrar lo que ha realizado el paciente cada día y el nivel de ayuda que ha precisado.

El seguimiento será realizado por todo el equipo: fisioterapeutas, enfermeras, auxiliares, celadores, trabajadora social, rehabilitadores y nefrólogos, contando con el apoyo familiar.

### Conclusiones:

El paciente es sujeto activo de su cuidado. La enseñanza y seguimiento del programa es un elemento motivador en su día a día durante el ingreso.

La unificación de criterios y de información transmitida al paciente por parte de los diferentes profesionales, mejora la calidad de los cuidados holísticos, la seguridad y el bienestar de los pacientes y su familia.

La prevención de la inmovilización y de la pérdida de autonomía en el autocuidado durante la estancia hospitalaria debe ser prioritaria.

El compromiso y la implicación de todos los miembros del equipo asistencial es la base para conseguir resultados positivos y optimizar el programa.

La continuidad de los cuidados en el hogar y su seguimiento será un aspecto a valorar en las recomendaciones al alta del paciente.

El desarrollo de este proyecto incluirá la creación de una encuesta de satisfacción para profesionales y usuarios y la realización de un posterior estudio de seguimiento a medio/largo plazo.