

* Este folleto de TelAbility le dará sugerencias para cómo levantar y transferir a los niños de manera segura y efectiva. *

¿QUÉ ES UNA TRANSFERENCIA?

Una transferencia es la acción de mover a un niño de un sitio al otro. Unos ejemplos de transferencias incluyen:

- Poniendo al niño en el piso o alzándole desde el piso
- Poniéndole o sacándole de su cama
- Poniéndole o sacándole de una silla o silla de ruedas
- Poniéndole o sacándole de la tina
- Poniéndole o sacándole del inodoro

¿PORQUÉ ES IMPORTANTE A APRENDER LA MANERA CORRECTA DE TRANSFERIR A UN NIÑO?

La mayoría de los adultos entre los 35-55 años experimentan períodos de daño en la espalda inferior lo cual les causa dolor y limita su nivel de funcionamiento en su trabajo o casa. La causa de este dolor de espalda, en la mayoría de los casos, es por levantar o transferir un objeto pesado. El impacto del dolor de espalda es todavía más serio cuando el niño esté completamente dependiente en el adulto.

¿QUÉ SON LAS COSAS MÁS IMPORTANTES QUE DEBO RECORDAR?

1. Mantenerse ágil y fuerte – tratar de estirar su espalda y piernas cada día; hacer ejercicios para mantener fuerte la espalda, los gluteos, el estómago y los músculos de los brazos.
2. Hacer un Plan – Estar seguro a donde va a mover al niño y asegurarse que el sitio, y la ruta hacía el sitio, está limpio.
3. Pedir ayuda del niño (si es apropiado) o de otro adulto.
4. Asegurar a los equipos que se mueven (por ejemplo una silla or cama con ruedas).
5. Mover otros objetos (por ejemplo donde se apoyan los pies en la silla de ruedas) cuando es posible.
6. Establecer los pies en una posición firme y ancha.
7. Usar los músculos del estómago.

¿QUÉ SON LAS COSAS MÁS IMPORTANTES QUE DEBO RECORDAR? (cont.)

8. Mantener la espalda recta – no doblar el cuerpo hacia abajo.
9. Mantener al niño cerca a su cuerpo.
10. Levantar al niño usando las piernas, mientras está manteniendo una buena postura (la espalda recta).
11. No girar la espalda cuando esté alzando al niño – levantar al niño y después girar.

OTRAS SUGERENCIAS PARA LAS TRANSFERENCIAS

- Cuando otro adulto ayuda en alzar al niño, contar hasta tres para que los dos estén sincronizados.
- Usar una tabla de deslizar, cuando es posible, en vez de levantar al niño (los niños de 5 años por arriba pueden aprender las transferencias usando tablas de girar y de deslizar)
- Cuando esté usando una eslinga (que se encuentra en los aparatos de Hoyer y otros aparatos que ayudan con las transferencias) evitar que la tela se hace arrugas que pueden causar irritación a la piel.
- Cuando esté trabajando en el ambiente de una institución para niños con discapacidades o en un hospital, tratar de no compartir las eslingas, tablas de transferencias o colchones, para disminuir el riesgo de contagio de las infecciones.

Autor: Joshua Alexander, MD

Para más información comuníquese con pdrehab@med.unc.edu

Traducido por: Sheryl Belshaw-Ponciano, MA

Última revisión: February 28, 2003