


<p>Buenas prácticas de Absentismo y accidentabilidad (Incluye gestión de IT y comisiones de IT)</p>	
<p>Píldoras audiovisuales de PRL: movilización de pacientes y manipulación de cargas para prevenir lesiones musculoesqueléticas</p>	<p>Junio 2025</p>

Descripción de la tarea

Las malas prácticas en la movilización de pacientes generan consecuencias significativas tanto para los profesionales como para el sistema sanitario. Entre los problemas más frecuentes destacan las lesiones musculoesqueléticas, principalmente en la zona lumbar, hombros y extremidades superiores, derivadas de posturas forzadas, movimientos bruscos o ausencia de técnica adecuada.

Estas lesiones pueden provocar dolor crónico, incapacidad temporal, bajas laborales repetidas y, en algunos casos, la reubicación del trabajador en otro puesto por incapacidad funcional. A nivel organizativo, suponen un incremento de la carga asistencial para el resto del equipo, además de costes asociados a la sustitución del personal y disminución del rendimiento.

La técnica de movilización es aplicada de forma no homogénea entre los profesionales, y no se cuenta con recursos visuales breves, accesibles y actualizados que ayuden a reforzar los principios de ergonomía en el momento de la práctica. La formación, en su mayoría teórica, resultaba difícil de trasladar al entorno real, lo que aumentaba el riesgo de lesiones y limitaba la eficacia preventiva.

Solución adoptada

Como solución a la elevada incidencia de lesiones musculoesqueléticas derivadas de prácticas inadecuadas en la movilización de pacientes y otras tareas físicas en el entorno hospitalario, se ha puesto en marcha una línea de vídeos formativos breves, diseñada para ofrecer orientación práctica y accesible sobre técnicas seguras y posturas correctas en el desempeño diario de distintas funciones laborales.

La buena práctica consiste en la producción y difusión de cápsulas audiovisuales de menos de un minuto de duración, enfocadas en mostrar, de forma visual y dinámica, cómo realizar correctamente tareas habituales que suponen riesgo para la salud musculoesquelética. Estas cápsulas están adaptadas a diferentes perfiles profesionales del hospital, no solo asistenciales, sino también de hostelería, mantenimiento, celadores o limpieza, entre otros.

El primer vídeo elaborado, centrado en el traslado seguro del paciente de la cama al sillón, ha servido como piloto de esta estrategia, demostrando una excelente acogida por parte del personal. Se ha optado por un formato ágil y moderno, pensado para su distribución a través de redes sociales internas, grupos profesionales y plataformas corporativas.

Actualmente se ha grabado un segundo vídeo y está en fase de edición para su próxima difusión.

Resultados o consecuencias de la implantación de la Buena Práctica

La difusión del primer vídeo ha tenido una acogida muy positiva entre los profesionales, valorándose su formato breve, visual y práctico. Ha contribuido a aumentar la concienciación sobre las técnicas seguras de movilización, mejorar la homogeneidad en la ejecución de la maniobra y reforzar la cultura preventiva en el centro.

MENSAJE DE WHATSAPP ENVIADO

👉 Cuídate, tu salud importa.

Profesional del Macarena, este vídeo es para ti.

???? | Protege tu espalda! ????????

Aprende técnicas seguras para:

Movilizar pacientes ????

Formación breve, clara y útil para tu día a día.

???? Dale al play y compártelo con tu equipo :

????<https://youtube.com/shorts/Y27WCVScVrc?si=hh9SWjgnDqvEmBvB>

#PRL #UnidaddeComunicación #SeguridadYSalud #HUVVM

Estado en el que se encuentra la Buena práctica

Finalizada y en condiciones para su continuidad

Autoría: Francisco Javier Ballesteros Domínguez / Juan Carlos Camacho Vega
Hospital U. Virgen Macarena