

¿QUÉ PUEDE HACER LA FAMILIA PARA AYUDAR AL RESIDENTE?

- Apoyar las pautas del profesional
- Motivar a tu familiar a seguir esas pautas, elogiar y felicitar, valorando los esfuerzos de dar paseos con andador.
- Cuando visites a tu familiar: no te sientes con él, pásalo, intentando en medida de lo posible que sea sin silla de ruedas.
- Recuérdale los beneficios de dar un paseo.



CAMPAÑA DE SENSIBILIZACIÓN CONTRA EL INMOVILISMO

¡ENTRE TODOS PODEMOS!
(Residentes, trabajadores y FAMILIARES)



RESIDENCIA
"ROSA DEL AZAFRÁN"

MAYO 2013

PROBLEMAS ASOCIADOS AL INMOVISMO.

- Mala circulación.
- Infartos.
- Embolias,
- Obesidad.
- Estreñimiento.
- Rigidez.
- Ulceras y heridas (escaras)
- Baja autoestima
- Aislamiento
- Problemas de higiene personal.
- Aumento de la dependencia.



BENEFICIOS DE DAR PASEOS

- Favorece la oxigenación y circulación.
- Mejora la autonomía.
- Mantiene el tono muscular.
- Facilita el descanso nocturno.
- Mejora la imagen de uno mismo.
- Favorece la autoestima.
- Facilita las relaciones sociales.
- Favorece el tránsito intestinal. (evita el estreñimiento)





