

Pielęgniarstwo 24 Formación y nuevos procedimientos



- ☐ Aprender a usar nuevos materiales y tecnologías de higiene
- ☐ Aplicar técnicas ergonómicas de forma segura
- ☐ Describir las acciones preventivas de enfermería (caídas, trombosis)
- ☐ vocabulario: equipo de cuidados, técnicas ergonómicas, herramientas para el cuidado del cuerpo, profilaxis, cinturones de movilidad, materiales antideslizantes

La higiene de manos	<i>(Higiena rąk)</i>	La sujeción segura	<i>(Bezpieczne unieruchomienie)</i>
El desinfectante	<i>(Środek dezynfekujący)</i>	Prevenir caídas	<i>(Zapobieganie upadkom)</i>
La solución hidroalcohólica	<i>(Roztwór hydroalkoholowy)</i>	Evitar la trombosis	<i>(Zapobieganie zakrzepicy)</i>
El guante desechable	<i>(Rękawiczka jednorazowa)</i>	Movilizar al paciente	<i>(Mobilizować pacjenta)</i>
La mascarilla quirúrgica	<i>(Maseczka chirurgiczna)</i>	Transferir con asistencia	<i>(Przenosić z pomocą)</i>
El equipo de protección personal (EPP)	<i>(Środki ochrony indywidualnej (ŚOI))</i>	Ergonomía laboral	<i>(Ergonomia pracy)</i>
La faja de apoyo	<i>(Pas podtrzymujący)</i>	Adoptar una postura correcta	<i>(Przyjąć prawidłową postawę)</i>
El cinturón de transferencia	<i>(Pas transferowy)</i>	Ajustar el equipo	<i>(Dostosować sprzęt)</i>
El andador antideslizante	<i>(Chodzik antypoślizgowy)</i>	Controlar signos vitales	<i>(Monitorować parametry życiowe)</i>
La almohadilla antiescaras	<i>(Podkładka przeciwoodleżynowa)</i>	La profilaxis	<i>(Profilaktyka)</i>

1. Ćwiczenia

1. Dopasuj każde słowo do jego definicji.

- | | |
|---------------------------------|---|
| a. La solución hidroalcohólica | 1. Producto que se usa para desinfectar las manos cuando no hay agua. |
| b. El guante desechable | 2. Cinturón que se ajusta al paciente para trasladarlo con más seguridad. |
| c. El cinturón de transferencia | 3. Guante que se pone para protegerse y se tira después de usarlo. |

a-1 b-3 c-2



2. Notatka wewnętrzna: nowe materiały i bezpieczna mobilizacja (QR:

Audio)

Wypełnij luki: higiene de manos, cinturón de transferencia, prevenir caídas, guantes desechables, solución hidroalcohólica, antideslizantes



A partir del lunes la unidad incorpora dispensadores de (1) _____ y (2) _____ sin polvo. Se recuerda la (3) _____ antes y después de cada contacto y el uso del EPP según el riesgo. Si el paciente necesita ayuda para el aseo, prepara el material a mano y ajusta la altura de la cama para mantener una postura correcta.

En las transferencias, utiliza el (4) _____ y pide apoyo si el paciente está inestable. Para (5) _____, comprueba el suelo, coloca alfombrillas (6) _____ y deja el andador cerca con los frenos puestos. En pacientes con movilidad reducida, aplica medidas para evitar la trombosis y registra la actuación en la hoja de cuidados.

Od poniedziałku oddział wprowadza dozowniki roztworu hydroalkoholowego oraz jednorazowe rękawiczki bezpudrowe. Przypomina się o higienie rąk przed i po każdym kontakcie oraz o stosowaniu ŚOI zgodnie z ryzykiem. Jeśli pacjent potrzebuje pomocy przy toalecie, przygotuj materiały pod ręką i ustaw wysokość łóżka, aby utrzymać prawidłową postawę.

Podczas transferów używaj pasa transferowego i poproś o wsparcie, jeśli pacjent jest niestabilny. Aby zapobiegać upadkom, sprawdź podłogę, połóż maty antypoślizgowe i zostaw balkonik blisko z zaciągniętymi hamulcami. U pacjentów z ograniczoną mobilnością zastosuj działania zapobiegające zakrzepicy (mobilizacja oraz, jeśli zalecono, profilaktyka) i odnotuj wykonane czynności w karcie opieki.

(1) solución hidroalcohólica, (2) guantes desechables, (3) higiene de manos, (4) cinturón de transferencia, (5) prevenir caídas, (6) antideslizantes

1. ¿Qué pasos concretos aplicarías hoy en tu turno para mejorar la higiene, la ergonomía y la prevención de caídas o trombosis, y por qué?

3. Posłuchaj fragmentu audio i wybierz poprawną odpowiedź. (QR: Audio)

Prawda Falsz

1. En la formación se habló de cuándo usar la solución hidroalcohólica y parte del equipo de protección personal. ☐ ☐
2. Practican movilizaciones sin ayudas, porque prefieren evitar el cinturón de transferencia. ☐ ☐
3. Al terminar, la ponente pidió que se controlaran los signos vitales de los pacientes. ☐ ☐



1-V 2-X 3-V

4. Wybierz poprawne rozwiązanie

1. Antes de transferir al paciente, siempre _____ el cinturón de transferencia para que quede firme.
(Przed przeniesieniem pacjenta zawsze dopasowujesz pas transferowy, aby był dobrze zaciśnięty.)
 a. ajustas b. ajustarás c. ajusta d. ajustaste
2. Si no te _____ el guante desechable, puedes contaminar el material y al paciente.
(Jeśli nie założysz jednorazowej rękawiczki, możesz zanieczyścić materiał i pacjenta.)
 a. pones b. ponías c. pondrás d. pon
3. En la formación, nos _____ cómo adoptar una postura correcta para evitar lesiones de espalda.
(Na szkoleniu wyjaśniono nam, jak przyjąć prawidłową postawę, aby uniknąć urazów pleców.)
 a. explicaron b. explican c. explicábamos d. explicaré

1. ajustas 2. pones 3. explicaron

5. Odgrywanie ról - dialogi (QR: Audio)



Cambio de protocolo en planta

- Supervisora (Marta):** Luis, antes de entrar en la habitación 12: higiene de manos con solución hidroalcohólica y, si hay riesgo de fluidos, guante desechable y mascarilla quirúrgica del EPP.
(Luis, zanim wejdiesz do sali 12: higiena rąk roztworem hydroalkoholowym i, jeśli istnieje ryzyko kontaktu z płynami, jednorazowe rękawiczki i chirurgiczna maseczka ze ŚOI.)
- Enfermero (Luis):** Vale, lo hago ahora. Ayer vi que algunos se saltan el desinfectante porque van con prisa.
(Dobrze, zrobię to teraz. Wczoraj widziałem, że niektórzy pomijają środek dezynfekujący, bo się spieszą.)

**Supervisora
(Marta):**

Hoy lo reforzamos: el desinfectante está en el carro y quiero que ajustéis el equipo y la altura de la cama para trabajar con una postura correcta, por ergonomía laboral.

(Dziś to wzmacniamy: środek dezynfekujący jest na wózku i chcę, żebyście dostosowali sprzęt oraz wysokość łóżka, aby pracować w prawidłowej pozycji, ze względu na ergonomię pracy.)

**Enfermero
(Luis):**

Perfecto. Y al movilizar al paciente, ¿usamos cinturón de transferencia para la sujeción segura?

(Świetnie. A przy przemieszczaniu pacjenta, używamy pasa transferowego do bezpiecznej asekuracji?)

**Supervisora
(Marta):**

Sí, cinturón de transferencia y andador antideslizante si se incorpora; así ayudamos a prevenir caídas y mantenemos el protocolo.

(Tak, pas transferowy i balkonik antypoślizgowy, jeśli pacjent się podnosi; w ten sposób pomagamy zapobiegać upadkom i przestrzegamy protokołu.)

1. ¿Qué materiales de higiene y EPP menciona Marta y para qué sirven en este caso?
-

6. Mówienie (QR: AI+)

Normalmente, antes de empezar, me pongo el EPP y me desinfecto las manos con solución hidroalcohólica. / Para evitar problemas, es importante ajustar el equipo y mantener una postura correcta. / Si el paciente tiene riesgo de caídas, suelo usar el cinturón de transferencia y pedir ayuda.



1. En una formación sobre nuevas medidas de higiene, ¿qué pasos realizas antes de atender a un paciente y qué material sueles utilizar?
-
2. Si debes movilizar y transferir a un paciente con ayuda, ¿qué medidas tomas para mantener buena ergonomía y prevenir caídas o lesiones?
-

7. Pisanie: E-mail (QR: AI+)

Asunto: Recordatorio - nuevo procedimiento (desde el lunes)

Hola, Laura:

Desde el lunes empezamos con el nuevo protocolo. En cada habitación habrá **solución hidroalcohólica** y una caja de **guantes desechables**. Si hay curas, usad también **mascarilla quirúrgica** y el resto del **EPP** según el caso.

En movilizaciones, por favor, revisad la **sujeción segura** con el **cinturón de transferencia** y cuidad la **ergonomía** (postura y altura de la cama) para **prevenir caídas**. Si el paciente está encamado, acordaos de medidas para **evitar la trombosis**.

¿Puedes confirmarme que lo has leído?

Gracias, Marta (supervisora)



Napisz odpowiednią odpowiedź: *Te confirmo que he leído el mensaje y que a partir del lunes... / Tengo una duda sobre... ¿Podrías aclararme si...? / En el turno de tarde, me encargo de... y lo comento con el equipo.*
