Confederación Española de Organizaciones de Mayores

Con la colaboración:

GOBIERNO DE ESPAÑA
MINISTERIO DE SANIDAD, POLÍTICA SOCIAL E IGUALDAD
SECRETARÍA GENERAL DE POLÍTICA SOCIAL Y CONSUMO
IMSERSO

Desatar

Folleto informativo para familiares

Sujeciones Físicas

Confederación Española de Organizaciones de Mayores

Programa "Desatar"

Premio Internacional Príncipe de Viana 2010 de Atención a la Dependencia

Sujeción Física:

Limitación de la espontánea expresión o comportamiento de una persona, o de la libertad de sus movimientos, o su actividad física, o el normal acceso a cualquier parte de su cuerpo, con cualquier método físico aplicado sobre ella, o adyacente a su cuerpo, del que no puede liberarse con facilidad.

Evidencia sobre las sujeciones:

- Las sujeciones pueden ser un problema y provocar serias complicaciones, que son inevitables cuando se usan de forma rutinaria, diaria, y por mucho tiempo.
- No existen evidencias de que su uso aporte beneficio
- Una de las razones de usar sujeciones físicas es el temor a las consecuencias legales de las caídas para los profesionales.
- Mentalidad y actitud son claves para que dejen de usarse

Mitos y realidades sobre las sujeciones físicas:

Mito: previenen las lesiones por caídas
Realidad: las sujeciones no disminuyen el riesgo de caídas, y sin embargo aumentan el riesgo de lesiones graves tras una caída
Mito: evitar las sujeciones conlleva necesitar mas personal
Realidad: se ha demostrado en la práctica que eso no es cierto. En muchos casos se ha observado un mayor uso en centros mejor dotados de personal.
Mito: las familias exigen una seguridad absoluta en la residencia, y que se recurra a las sujeciones si son necesarias
Realidad: el centro puede ofrecer una seguridad razonable sin usar sujeciones, lo que hace más probable lograr un mayor grado de bienestar, y una mayor autonomía física, mental y psicosocial para las personas que en él viven. Los familiares informados suelen elegir que se trabaje por la calidad de vida.

Con la sujeción se crea la falsa idea de una mayor seguridad, una supuesta seguridad por la que se paga un precio muy alto. Cabe preguntarse pues, ¿cuánta seguridad es segura?

¿Qué objetivo y qué obligaciones adquiere el centro?

La eliminación del uso de sujeciones, mejorando la calidad de vida, mediante el compromiso de toda la organización con un uso solo excepcional y la búsqueda constante de alternativas.

¿Cómo pueden colaborar los usuarios y sus familiares?

Para lograr, y mantener, un centro libre de sujeciones es necesario que los familiares ayuden, asumiendo ciertos riesgos controlados, y algunos problemas de convivencia no muy serios y manejables. En definitiva, todos (organización y usuarios) han de asumir el reto de valorar el riesgo – beneficio del uso de sujeciones.

Sobre Caídas en Residencias

La seguridad tiene un precio, y es importante evitar un excesivo paternalismo-proteccionismo que induzca a inmovilizar a la persona. Más que trabajar para evitar a toda costa caídas, se debe trabajar para reducir la probabilidad de consecuencias graves. Existe un número de caídas en personas mayores que se puede considerar "normal". Las Personas Mayores se caen más que las jóvenes por razones fisiológicas, generalmente asociadas al envejecimiento.

Es necesario ser permisivos con la movilidad, e incluso estimularla. "La función hace al órgano", ese es un paradigma de la medicina, que nos lleva a considerar que la movilidad de una persona es la clave de que conserve sus funciones, sobre la base de tener sus músculos y sus huesos en óptimas condiciones. Una persona mayor que tiene pocas oportunidades de apoyar su peso sobre sus miembros inferiores acabará con sus músculos atrofiados y con sus huesos desmineralizados, lo que aumenta el riesgo de fracturas.

Aceptar cierto grado de riesgo….
…..es parte esencial de un buen cuidado