

Movilización temprana

La movilización temprana consiste en iniciar la actividad física generalmente 48 horas después de ingresar a la Unidad de Cuidado Intensivo Pediátrico, teniendo en cuenta las necesidades particulares de cada paciente.

Objetivos:

- Mejorar oportuna y progresivamente la capacidad de realizar algunos movimientos corporales.
- Aumentar y complementar la fuerza y la movilidad articular.
- Disminuir el deterioro muscular y las alteraciones cognitivas, la pérdida de fuerza y la aparición de espasmos.
- Promover la recuperación.
- Mejorar la calidad de vida.

¿Es seguro?

La movilización temprana además de ser una actividad segura, cuando se realiza **bajo la indicación y supervisión del personal de salud**, es beneficiosa para el paciente.

¿Qué ejercicios o actividades se realizarán?

Estas varían de acuerdo con la condición clínica del paciente, dentro de estas encontramos:

- Movimientos de cabeza, cuello, brazos y piernas.
- Cambios de posición (sentado, acostado, giro).
- Caminar por la habitación o sus alrededores.
- Ejercicios con dispositivos didácticos (como pelotas).