

# PROGRAMA “NO SUJETES”

Con esta metodología pretendemos obtener los beneficios de los cuidados basados en las **No Sujeciones**:

## I. Beneficios Físicos:

### A) DISMINUCIÓN DE:

- Riesgo de caídas
- Úlceras por presión
- Autolesiones
- Infecciones
- Estreñimiento
- Atrofia y debilidad
- Riesgo de traumatismos en la piel
- Riesgo de contracturas musculares
- Riesgo de edema
- Riesgo de disminución de la densidad ósea (con menor susceptibilidad para las fracturas)
- Riesgo de sobrecarga cardíaca

### B) MEJORA DE:

- Apetito
- Tono muscular
- Movilidad, coordinación y equilibrio (“Aprenden a caerse”)

## II. Beneficios Psicoemocionales:

### A) DESAPARICIÓN DE ESTADOS PSICOEMOCIONALES LIGADOS AL USO DE SUJECIONES:

- Agitación
- Agresividad
- Angustia
- Ansiedad
- Apatía
- Confusión
- Depresión
- Desesperanza
- Deterioro cognitivo
- Ira
- Miedo – pánico
- Trastorno Confusional
- Vivencias y recuerdos traumáticos
- Sensación de atrapamiento

### III. Beneficios Sociales:

#### A. DESAPARICIÓN DE VIVENCIAS SOCIALES LIGADAS AL USO DE SUJECIONES:

- Vergüenza – humillación
- Sentimientos de Aislamiento y Deshumanización
- Pérdida de autonomía – dependencia

#### B. RECUPERACIÓN DEL ROL SOCIAL dentro del grupo de personas usuarias (recuperación de la “imagen social”).

El NO USO DE SUJECIONES implica un menor riesgo de caídas y que éstas, si se producen, tengan como consecuencia lesiones de menor gravedad.

Queremos resaltar que es importante:

- Adquirir una **Cultura de Protección Legal** en la que se pretende sensibilizar a todas las Personas en cuanto a la importancia del control de las sujeciones restrictivas y la prevención de caídas, entre otras. Todas las personas que forman parte de la organización deben saber que es legalmente más seguro comunicar las caídas y realizar una correcta gestión de éstas, que intentar ocultarlas.
- En nuestro centro definimos las **SUJECIONES FÍSICAS** como: Cualquier método manual o físico, instrumento mecánico, material o equipamiento adjunto al cuerpo del paciente, que impide su movilidad y/o el acceso a parte de su cuerpo. Consideramos métodos de **Sujeción Física**:
  - Sujeción en Silla:
    - Cinturón abdominal.
    - Cinturón abdomino-perineal.
    - Chaleco de sujeción a tronco “chaleco estándar”.
    - Chaleco de sujeción a tronco y periné.
    - Tobilleras.
    - Muñequeras.
    - “Elemento atravesado”: Se trata de un elemento (cinturón, cinta, hilo...) que se coloca de un lado a otro de ambos reposabrazos quedando frente a la persona usuaria e impidiendo que se levante.

- Sujeción en Cama:
    - Cinturón abdominal.
    - Tobilleras.
    - Muñequeras.
    - Sábana inmovilizadora.
    - Pijamas enteros con cremallera para evitar manipulaciones.
    - Barras protectoras de cama a uno o a ambos lados de la cama, impuestas como restricción.
    - Protectores cubrebarras, impuestas como restricción.
  - Sujeción en la Habitación: Cerrar la puerta de la habitación impidiendo la salida de la persona usuaria.
  - Otros: Manoplas.
- 
- En nuestro centro definimos las **SUJECIONES QUÍMICAS** como: aquellos fármacos que actúan a nivel del Sistema Nervioso Central, y dosis, que inhiben las ABVDs de la persona, limitando su capacidad funcional. No se considerarán como sujeciones restrictivas químicas, aquellos fármacos que se utilizan para controlar la conducta de la persona y reducir el riesgo de caídas, pero que permiten que ésta pueda continuar manteniendo su capacidad funcional.

