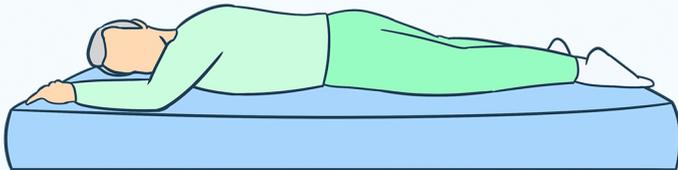


Cambios de posición para personas mayores en recuperación de COVID-19 (pronación*)

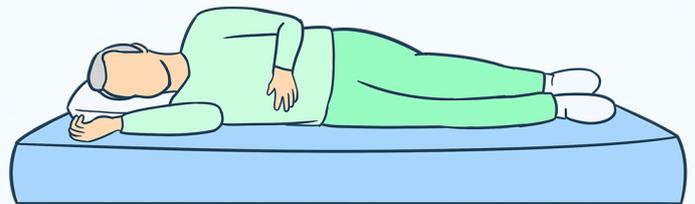
Posiciones:

- Si la persona mayor puede realizarlo, pídale que cambie de posición de la siguiente manera:

- Monitoree las saturaciones de oxígeno después de cada cambio de posición, para asegurar que no hayan disminuido (utilice un oxímetro de pulso).



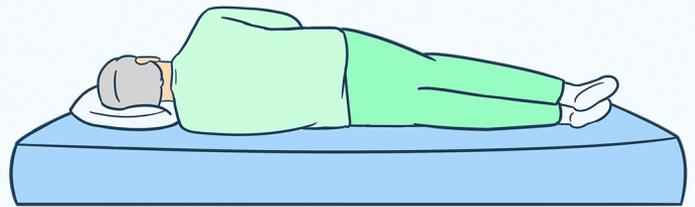
30 minutos a 2 horas acostado completamente boca abajo (cama plana)



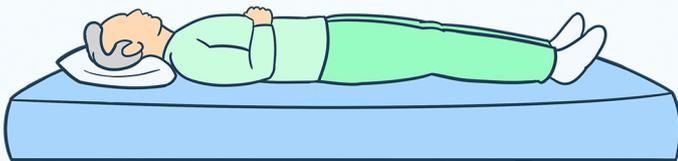
30 minutos a 2 horas acostado sobre el lado derecho (cama plana)



30 minutos a 2 horas sentado (30-60 grados) ajustando la cabeza de la cama



30 minutos a 2 horas acostado sobre el lado izquierdo (cama plana)



30 minutos a 2 horas acostado nuevamente

Continuar repitiendo el ciclo...

Puede utilizar una almohada en caso de que exista incomodidad

*El **decúbito prono** es la posición del cuerpo humano que se caracteriza por estar boca abajo y la cabeza de lado (es la posición ideal de un paciente) con el cuello en posición neutra. Tiene su origen en el latín, de la palabra *decubitus*, acostado.



IMPORTANTE:
No realizar si aparece o aumenta la dificultad para respirar de la persona mayor.

Referencias:

- ICS Guidance for Prone Positioning of the Conscious COVID Patient; 2020.
- Prone position in acute respiratory distress syndrome. Eur Respir J; 2002.
- Effect of prone positioning during mechanical ventilation on mortality [...] CMAJ; 2014.
- Prone ventilation reduces mortality in patients with acute respiratory [...] Intensive Care Med; 2010.



SALUD
SECRETARÍA DE SALUD

INSTITUTO NACIONAL DE GERIATRÍA