

CAMA HOSPITALARIA - Técnica para hacer la cama con enfermo encamado

COLOCACIÓN DEL MATERIAL EN ORDEN PARA HACER LA CAMA: El material necesario para hacer una cama se coloca en el orden inverso al de su utilización: La funda de Almohada, luego la Colcha, la Manta, la Sábana encimera, la Entremetida y la Sábana bajera.

1. Nos lavaremos las manos con agua y jabón y nos colocaremos guantes de un solo uso;
2. Prepararemos el material y lo llevaremos a la habitación; teniendo preparada la lencería y perfectamente ordenada;
3. Informaremos al paciente y preservaremos su intimidad;
4. La temperatura de la habitación debe ser la adecuada, así mismo evitaremos en lo posible las corrientes de aire;
5. Debemos proteger al paciente de posibles caídas, para lo cual es importante que esta técnica se realice entre dos personas;
6. Si no está contraindicado, colocaremos la cama en posición horizontal (paciente en decúbito supino);
7. En primer lugar, debemos aflojar la ropa de la cama;
8. Retirar la colcha y la manta. Si están sucias, depositarlas en el carro o bolsa correspondiente;
9. Dejar la sábana encimera cubriendo al paciente o colocar una toalla de baño por encima. No dejar nunca al paciente totalmente descubierto;
10. Si es posible, se retira la almohada para cambiarle la funda y se coloca encima de una silla;
11. Colocar al paciente en decúbito lateral, cercano a uno de los bordes de la cama;
12. Enrollar la ropa sucia a retirar (entremetida, salvacamas y sábana bajera) desde el borde de la cama donde nos encontramos, hacia la espalda del paciente;
13. Empezar a hacer la cama por el lado contrario al que se encuentra el paciente;
14. Colocamos la sábana bajera limpia enrollándola hasta el centro de la cama. Se fija a la cabecera y a los pies y se hace el ángulo o mitra;
15. Colocar la entremetida y el salvacamas, si se precisan, hasta la espalda de la misma forma que la sábana bajera y se fija a lo largo de la cama;
16. Dar la vuelta al paciente de manera que se sitúe encima de la ropa limpia, en decúbito lateral, y se hace la otra mitad de la cama quitando primero la ropa sucia;
17. Estirar la sábana y la entremetida limpias evitando arrugas, remetiéndolas debajo del colchón y efectuando el ángulo o mitra de las dos esquinas restantes;
18. Ayudar a colocar al paciente de nuevo en decúbito supino;
19. Extender la sábana encimera limpia sobre el paciente y retirar la sucia o la toalla empleada para taparle.
20. Después colocar el resto de la ropa (manta y colcha), remetiéndolas con holgura en los pies de la cama de forma que quede floja la ropa para que pueda moverse cómodamente y así evitar decúbitos y posturas inadecuadas.

21. Colocar la almohada limpia por debajo de la cabeza del paciente;
22. Dejar colocado al paciente en una postura cómoda y adecuada. Que tenga fácil acceso al timbre y a sus objetos personales;
23. Recoger el material. La ropa sucia no deberá ser aireada ni colocada en el suelo, sino echada directamente en una bolsa de ropa sucia;
24. Nos retiramos los guantes y nos lavamos las manos nuevamente.