



Técnica paso a paso de la asistencia en la vestimenta



Instituto
Nacional de
Aprendizaje

Núcleo Salud, Cultura y Artesanías



Técnica paso a paso de la asistencia en la vestimenta

En este recurso se aborda el paso a paso, para la asistencia en la vestimenta de la PAM, que así lo requiera.

Materiales:

- Ropa: Pantalón, enagua, vestido, blusa.
- Ropa interior o pañal.
- Medias.

Paso a paso

1. Explica el procedimiento que se va a realizar a la PAM.
2. Valora la capacidad de la PAM para llevar a cabo los movimientos necesarios para colocarse la ropa: agacharse, jalar, flexionar espalda, brazos, rodillas y mantener el equilibrio, entre otros.
3. Fomenta el autocuidado e independencia, mediante la participación de la PAM en la colocación de las prendas, de acuerdo con sus capacidades.
4. Respetar la voluntad de la PAM para seleccionar la ropa de su preferencia.
5. Prepara los materiales.
6. La persona asistente le ayuda a mantener el equilibrio.



Coloca la camisa: PAM con hemiparesia se coloca la camisa.

1. Busca la sisa de la manga.
2. Introduce la manga en el brazo afectado hasta el codo.
3. Coloca la camisa sobre el hombro, sujetándola con la boca el cuello de la camisa.
4. Coge la solapa contraria.
5. La pasa por detrás de la cabeza.
6. Deja caer hacia atrás.
7. Introduce el brazo funcional en la otra manga.

La persona asistente supervisa la colocación del pantalón de la PAM:

1. Coloca a la PAM en posición sentada en el borde de la cama.
2. Solicita a la PAM que cruce la pierna afectada encima de la sana.
3. La persona asistente se arrolla el pantalón sobre el antebrazo de una mano y con la otra mano, introduce la pierna de la PAM, subiéndolo el pantalón hasta la rodilla.
4. Repite el procedimiento con la otra pierna.
5. Con el uso de ayudas técnicas, la PAM se pone de pie y la persona asistente termina de subir y acomodar el pantalón.
6. Abrocha el botón de la cintura.



Asiste a la PAM en la colocación de calcetines:

1. Supervisa que la PAM coloque el calcetín abierto con los dedos pulgar, medio e índice del pie hemipléjico.
2. Supervisa que la PAM introduzca el resto de la prenda con la mano sana.
3. Verifica que no queden costuras o hilos que lastimen la piel o los dedos de la PAM.
4. Facilita una ayuda técnica a la PAM para colocarse sus calcetines, promoviendo así su independencia.

Asistir en el calzado a la PAM

Sigue las siguientes recomendaciones.

Asiste a la PAM en la colocación de calzado.

Usa calzado con suela antideslizante.	Supervisa a la PAM que deslice el zapato sobre los dedos de los pies.
Zapatos sin cordones.	Supervisa que apoye el pie en el suelo.
Uso de zapatos con velcro.	Supervisa que haga presión en la rodilla hemipléjica.
Utiliza un calzador de mango largo.	Supervisa que introduzca el talón.
Utiliza un banco para la PAM, con dificultad para agacharse.	



Consideraciones para tomar en cuenta, para la asistencia de la PAM con secuelas de AVC: hemiparesia

Se debe colocar la camisa en el lado afectado primero. Después, se coloca la camisa por el lado sano. Para quitar la camisa primero se retira por el lado sano y luego por el lado afectado.



Para colocar el pantalón la PAM cruza la pierna afecta encima de la sana. La PAM coloca el pantalón y lo sube hasta dónde sea posible. Con la asistencia de una silla u otro, la PAM se pone de pie y el asistente termina de colocar el pantalón.

