

**XV Jornada de
prevenció de lesions
en el món casteller**



IMMOBILITZACIONS I EMBENATS

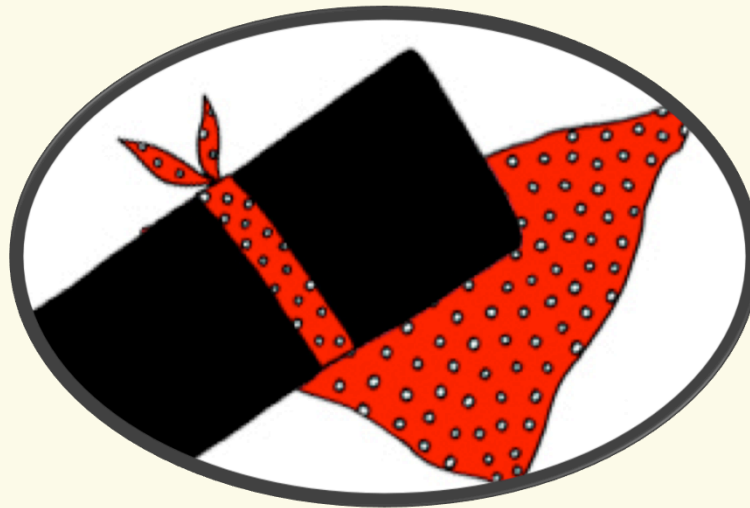


REUS ABRIL 2011

NEUS FERRER
Marrecs de Salt

OBJECTIUS

- Subjectar o contenir un apòsit
- Fer compressió per afavorir el retorn venós i evitar que s'infla excessivament
- Immobilitzar o limitar la mobilitat d'una regió o part del cos



QUÈ S'HA DE TENIR EN COMPTE

- Preguntar sempre si es té alguna al·lèrgia (en cas d'usar benes o esparadraps)
- Retirar la roba i joies
- Netejar la pell
- Es comença per la part distal
- D'esquerra a dreta
- No apretar massa
- Ha de ser còmode
- Ha de poder moure la resta no afectada



SIGNES D'ALARMA



- Color blavenc i fred als dits
- Incomoditat i massa estret
- Moviments anormals
- Disminució de la sensibilitat
- Augment del dolor després de l'embenat

CABESTRELL

- Es pot aplicar sol o combinat amb un altre embenat.
- Redueix o evita la inflamació
- Col·locar el colze en 90° i la mà mirant al pit.
- Tipus: manual, conformat, mocador



SINDACTÍLIA

- Indicat en cops i distensions
- S'aplica en dits llargs i agafa com a mínim 2 dits i màxim 3
- Protegir l'espai interdigital
- Netejar i eixugar bé els dits
- Aplicar les 2 tires en voltes circulars sense prémer i deixant lliure l'articulació



GILL-CHRIST

- Indicats en luxacions d'espatlla, fractures d'húmer, fractures d'omòplat, esguinços de la musculatura del braç
- Col·locar el colze en 90°
- Cal evitar la mobilització de l'espatlla



FÈRULES : EXTREMITAT SUPERIOR

- Indicats per immobilitzar el canell i la mà
- Començar a la part distal
- Que agafi l'articulació afectada i una bona part per sobre



FÈRULES: EXTREMITAT INFERIOR

- Indicats per immobilitzar el turmell i el genoll.
- Turmell: posar-lo a 90°
- Genoll: posar-lo en extensió
- Agafa l'articulació afectada i un bon tros per sobre



MOLTES GRÀCIES



1 de novembre de tots els anys. Pujada del pilar a la Catedral