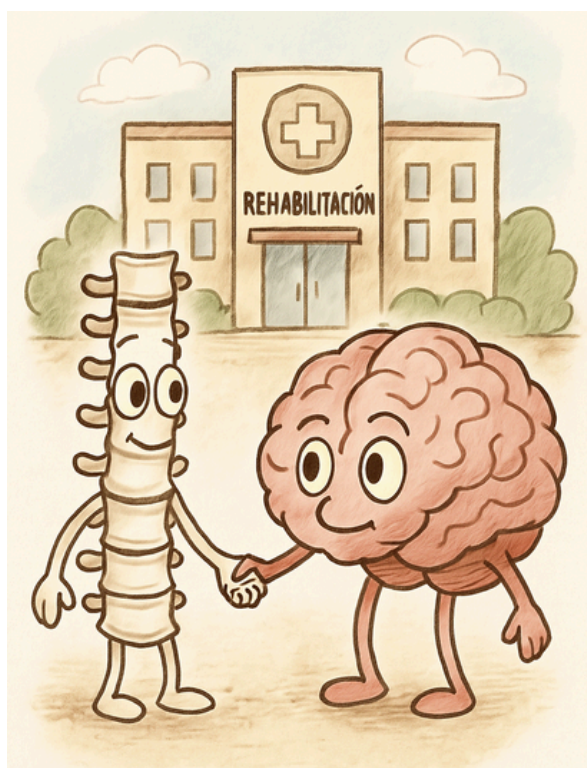


GUÍA PARA PACIENTES Y FAMILIARES

# INGRESO EN LA ULME Y NEUROREHABILITACIÓN



**Servicio de Medicina Física  
y Rehabilitación**

Planta 0 Hospital Quirúrgico Miguel Servet

**HOSPITAL UNIVERSITARIO MIGUEL SERVET**

P.º Isabel la Católica, 1-3, 50009 Zaragoza

## BIENVENIDA

El personal de esta Unidad trabaja en equipo con el objetivo de ayudarte a **recuperar la mayor autonomía posible.**

Contamos con 28 camas, Hospital de Día, terraza y Sala de Terapias. Nuestro **equipo multidisciplinar trabajará contigo y con tu familia para lograr tu objetivo.**

**Tu implicación y la de tus cuidadores es clave.** Recuerda que, cuando tu salud física te lo permita, relacionarte con otros pacientes de la unidad, puede ser de gran ayuda.

## INGRESO

Al llegar a la unidad se te colocará una **pulsera identificativa** con tus datos.

Si necesitas algún tipo de atención deberás usar el **timbre ubicado en la cabecera de la cama.**

Desde tu ingreso se promoverá la **participación activa del paciente y/o familia** para conseguir que la estancia y recuperación sea lo más satisfactoria posible.

Comienza tu periodo de rehabilitación, por lo que aprovecha los recursos para tu recuperación. **Todo lo aprendido debe ser practicado el resto del día y los días** en los que no disponemos de terapias (fines de semana y festivos).

## HORARIOS CLAVE

### COMIDAS



Desayuno	Comida	Merienda	Cena
8:30	13:00	17:00	20:00

Si presentas alguna alergia o intolerancia alimentaria comunícalo. En la entrada disponemos de una fuente de agua y una nevera donde guardar tus alimentos debidamente identificados.

### VISITA MÉDICA

#### Horario de mañana de lunes a viernes.

El médico informará al paciente y/o familiar o persona designada por el paciente. **No se facilita información telefónica.**

### LIMPIEZA DE HABITACIÓN

#### Horario de mañana.

Se deben mantener las ventanas cerradas.

### SOBRE EL ASEO

El aseo se realiza con la ayuda del equipo de enfermería. Se coordina con los horarios de terapia, pruebas o situación médica.

- **Si eres autónomo** se te facilitará lo necesario.
- **Si no eres autónomo** se recomienda estar acompañado por un familiar/cuidador para presenciar el proceso y colaborar en las transferencias.
- La ducha se practicará con las terapeutas y en la Escuela de Familias.

Los útiles de aseo (jabón, cepillo de dientes, peine, etc.) los deberás aportar.



## CATETERISMOS INTERMITENTES

Se realizan en unos **horarios pautados, se informarán previamente**. Si se van a mantener al alta, realizaremos una educación y práctica de los mismos con el paciente y/o familiares que permitirá conocer la técnica.

## CAMBIOS POSTURALES

- El **objetivo es** evitar la aparición de úlceras por presión. Se realizan mientras el paciente permanece encamado.
- **Horarios turno de noche** a las 00.00, 3.00 y 6.00 horas se realizarán los cambios. Para hacerlo sencillo y no interrumpir el descanso del cuidador, se dejarán libres los laterales de la cama, y el cuidador deberá colocarse a los pies del paciente.
- **Horarios para levantarse por la tarde**, para los pacientes que no tienen terapias, son a las 16:00h y a las 18:30h.

## TERAPIAS

- **Horario:** de mañana y tarde de L-V según disponibilidad (y bajo prescripción médica).
- **Vestimenta:** zapatillas de deporte o calzado cómodo y pijama del hospital, salvo que le indiquen lo contrario.
- **Traslado al gimnasio:** el celador realiza el traslado, si prefiere realizarlo tu familiar comunícalo al personal.



## SALA DE TERAPIAS Y TERRAZA

La **Sala de terapias** sirve para practicar los ejercicios trabajados y conseguir así tu máxima autonomía.

- **Por las mañanas:** grupo de destrezas con una terapeuta ocupacional.
- **Por las tardes:** programa de ejercicio intensivo terapéutico EINTER con un fisioterapeuta.

También sirve para ocio con otras personas ingresadas.

La **terrazza** está abierta a todos los pacientes y familiares que quieran encontrar un rato de conexión con el exterior.

## PERMISO POR HORAS Y FIN DE SEMANA

Podrás disfrutar de permisos de unas horas o de fin de semana, incluso con noche fuera del hospital. Te pedimos que el **regreso sea puntual** para mantener el buen funcionamiento de la Unidad.

Se te entregará el material necesario, se activará la receta electrónica para obtener la medicación en la farmacia y recibirás un documento de alta voluntaria.

Si comes fuera, avisa para que lo sepa el servicio de dietética.

### **HORARIOS DE RE INGRESO:**

#### **Si vuelves después de comer:**

- **Antes de las 14:15h si deseas** levantarte a las 16:00 h y ponerte el enema.
- **Antes de las 16:00h si prefieres** levantarte en el turno de las 18:30 h y no usar enema.

## PERMISO POR HORAS Y FIN DE SEMANA

### HORARIOS DE RE INGRESO:

Si quieres cenar en el hospital regresa antes de las 18:30 h:

- Si no cenas fuera pero necesitas ayuda para acostarte, debes estar en la habitación antes de las 21:00 h (previa autorización médica).

Si regresas por la mañana, no tienes terapias y quieres comer en la unidad, debes estar en tu habitación antes de las 10:30 h.

## ALTA MÉDICA Y DE ENFERMERÍA



Quando recibas el alta deberás revisar el **informe médico**, y el informe de continuidad de cuidados de enfermería, con el fin de aclarar todas las dudas que te puedan surgir.

Si va a necesitar de **transporte sanitario**, el horario del mismo dependerá de la organización de la empresa de ambulancias.

Se te pasará una **encuesta de satisfacción** para que la rellenes y entregues al personal de enfermería.

**DESCARGA AQUÍ EL TRÍPTICO PARA IMPRIMIR**



## SERVICIOS DEL HOSPITAL

### SUPERVISORA DE ENFERMERÍA:

Disponible en el control de enfermería por la mañana de L-V para **resolver dudas o sugerencias** relacionadas con la Unidad.

### TRABAJADOR/A SOCIAL:

El Hospital dispone de Trabajadores Sociales para **atender los problemas socio-familiares**. Se encuentran en el Hall del Hospital Quirúrgico, pasado el Servicio de Admisión en horario de mañana de lunes a viernes.

### ATENCIÓN AL PACIENTE:

Para atender sugerencias, quejas y agradecimientos. **Hall del Hospital Quirúrgico**. Horario: L-V 9:00 a 14:00 y 16:00 a 18:00.

### SECRETARÍA:

Para atender sugerencias, quejas y agradecimientos. Hall del Hospital Quirúrgico. Horario: L-V 9:00 a 14:00 y 16:00 a 18:00.

### OTROS SERVICIOS:

- **Servicio religioso:** Misas católica de lunes a domingo: 7:15, 9:30 y 18h. Si deseas ponerte en contacto con un guía espiritual de cualquier confesión preguntanos. Dispones de un espacio multiconfesional en el H. Infantil (4ª Planta).
- **Servicio de traducción** telefónico 24 horas.
- **Peluquería y podología:** preguntar en el control de enfermería.

## SERVICIOS PARA ACOMPAÑANTES:



### ASEOS

Hall de cada planta, junto a ascensores.



### CAFETERÍA

8 AM - 21 PM  
Planta -1 del Hospital General

## ACTIVIDADES DE OCIO

Frente al control se encuentra el corcho “Rincón del Ocio” allí encontrarás actividades para realizar durante el ingreso.

- **Fundación DFA** organiza actividades musicales y de ocio que generan momentos de desconexión.
- **Fundación Cultura en vena** ofrece, los lunes y miércoles por la mañana, mediación cultural y música.
- **La Fundación CAI** con la Bibliomaleta, los miércoles por la tarde, presta libros y ofrece conversación.
- **Bienestar emocional** con su proyecto CALMA ofrece distintos recursos visuales con QR en la habitación.



Documento creado  
junto a **pacientes**

## ¿TIENES ALGUNA DUDA O PREGUNTA?

# CONTACTO



**Teléfono del hospital 976 76 55 00**

**Ext: 14 40 30 Hospital de día: 14 40 39**



**ulme.hums@gmail.com**

## MÁS INFORMACIÓN



**Página Web  
Sector  
Zaragoza II**



**Rehabilitación  
Informa**

---

## Asociaciones de ayuda

En este apartado te facilitamos un listado de asociaciones a las que se puedes recurrir si lo necesitas.

- **Fundación DFA:** [www.fundaciondfa.es](http://www.fundaciondfa.es) 976 59 59 59
- **AESLEME Aragón (Estudio de la Lesión Medular Espinal):** [www.aeslemearagon.es](http://www.aeslemearagon.es)
- **ASIA (Asociación Incontinencia):** [www.asiasuport.org](http://www.asiasuport.org)
- **AFADECER (Familias de Aragón con Daño Cerebral Adquirido):** <https://neuronaragon.es> 876 16 55 02
- **AIDA (Ictus Aragón):** 976 84 51 24/ <https://ictusdearagon.es>