

El paciente con reposo prolongado tiene riesgo de desarrollar lesiones en la piel, estas se producen principalmente por el contacto y la presión permanente de la piel y los tejidos con las superficies duras (como camas y sillas) y el sistema óseo.

Las siguientes son las recomendaciones generales para el cuidado del paciente en la casa. Si después de leerlas o aplicarlas, presenta alguna inquietud, puede comunicarse al correo: educacionparalasalud.cub@upb.edu.co. Para conocer más sobre este y otros temas ingrese a www.clinicabolivariana.tv.

Estas lesiones están relacionadas con el tiempo que permanece el paciente en la misma posición, haciendo que los tejidos no se oxigenen y se mueran.

Recomendaciones:

- Cambie de posición al paciente: cuando esté acostado hacerlo cada dos horas (como mínimo) y cuando esté sentado cada hora. Además de prevenir una úlcera en la piel, se evita otras complicaciones pulmonares y vasculares.
- Si el paciente permanece acostado la posición de la cabecera debe elevarse solo hasta 30 grados, así se evitará deslizamientos y fricción en la cadera.
- Al realizar los cambios de posición no arrastre, ni hale al paciente, evite siempre la fricción utilizando sábana de movimiento.
- Libere las zonas de presión con el uso de almohadas, intercalando en miembros inferiores y superiores, espalda, debajo de los muslos, piernas y cintura. También puede utilizar superficies especiales como colchones anti-escaras.
- No utilice flotadores, ya que éstos ejercen presión en el área de apoyo.
- Mantenga la piel del paciente aseada y seca.
- Mantenga las sábanas y tendidos de las camas limpios y lisos (sin arrugas).
- Utilice jabones suaves para lavar los tendidos, evitando así que estos se vuelvan ásperos.
- Evite vestir al paciente con ropa ajustada.
- Si el paciente utiliza pañal: debe evitar lesiones por humedad en esta área, aplicando cremas a base de óxido de zinc, use pañales absorbentes y realice cambio frecuente del pañal.

- Aplique cremas hidratantes en toda la piel, preferiblemente que no contengan alcohol y que tengan el ph neutro, con capas delgadas, asegúrese que se absorba totalmente.
- No masajee prominencias óseas, ni zonas enrojecidas, para evitar ruptura capilar.
- Evite posiciones donde estén en contacto entre sí prominencias óseas, por ejemplo las rodillas. De tener que adoptar esta posición, se sugiere el uso de almohadas que aisle este tipo de contacto.
- Evite el contacto de las heridas con superficies duras.
- Los sitios donde existe mayor riesgo de ulcerarse la piel son: pabellón auricular, hombros, espalda (región escapular), cadera (glúteos), región trocantérica, región sacra y lumbar, rodillas (caras internas y externas), tobillos y talones.
- Alimente muy bien al paciente. El déficit nutricional es un riesgo para que la piel se vuelva frágil, además no permite una buena cicatrización.
- Si observa enrojecimiento en algún área del cuerpo, que después de una hora no mejora al cambiarlo de posición, debe consultar, porque se puede generar algún tipo de lesión.

Consulte inmediatamente a su médico o acuda al Centro de Salud más cercano si presenta:

- Presencia o evolución desfavorable de lesiones en la piel que no mejoran con los cuidados.



Recuerde:

Para el éxito de su tratamiento es muy importante que usted tome todos los medicamentos ordenados, asista a las citas de control y cumpla estrictamente con estas recomendaciones.