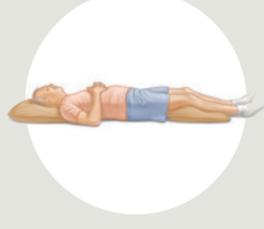


Prevención de úlceras por presión

¿Que son las úlceras por presión?

Son lesiones o llagas que aparecen en las personas que llevan mucho tiempo en cama por la presión constante por las sábanas, cobijas o el colchón.

Estas úlceras son prevenibles si seguimos las recomendaciones de la Unidad de Extensión Hospitalaria de Méderi.



Algunos aspectos claves de úlcera por presión

¿En que parte del cuerpo pueden aparecer úlceras por presión?

Acostados boca abajo:

1. Mejillas
2. Hombros
3. Pecho (los senos)
4. Cintura
5. Genitales
6. Rodillas
7. Dedos de manos y pies



Acostados de lado:

1. Orejas
2. Hombros
3. Costillas
4. Cintura
5. Rodillas
6. Tobillos



Acostados boca arriba:

1. Coronilla
2. Paletas (omoplatos)
3. Sacro
4. Codos
5. Talones



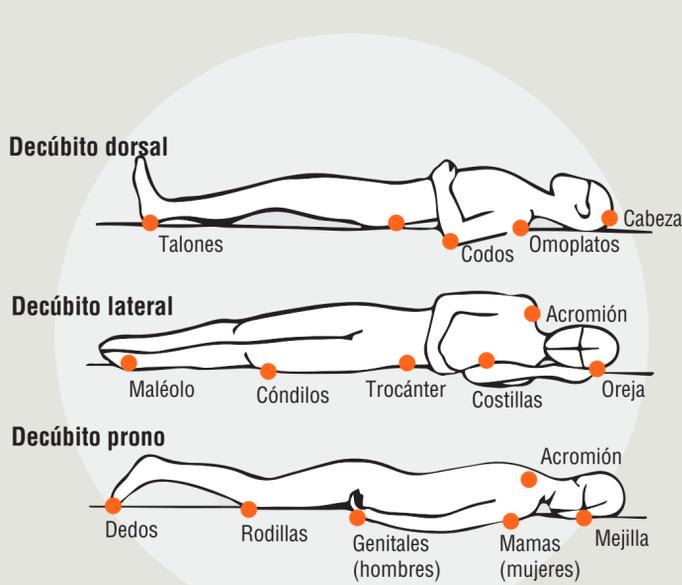
Factores de riesgo para desarrollar úlceras por presión

Postración en cama, enfermedad mental, alteración de la sensibilidad, incontinencia urinaria o fecal, mal estado de la piel, obesidad, desnutrición, falla cardíaca, alteraciones de consciencia, uso de férulas, yesos o tracciones, depresión, estar en duelo, poca higiene, uso de algunos medicamentos como corticoides.

¿Como prevenir estas úlceras por presión?

- ✓ Después que el paciente tome su baño, seque toda la piel y asegúrese que no queden restos de jabón.
- ✓ Lubrique la piel con cremas hidratantes y deje que se sequen antes de vestir.
- ✓ Examine diariamente la piel del paciente en especial en las partes que enumeramos antes y en las zonas expuestas a la humedad.
- ✓ Revise que los tendidos de la cama estén limpios, libres de arrugas y de humedad.
- ✓ Evite el contacto directo de la piel del paciente con lana, plástico o sustancias a las que sea alérgico.
- ✓ Elimine el exceso de humedad en la piel causada por la transpiración, el sudor, el drenaje de heridas, los restos de materia fecal, de orina u otra secreción corporal
- ✓ Cambie de posición al paciente cada 2 horas durante el día y cada 4 horas durante la noche, ayúdese con almohadas o cojines.
- ✓ En los casos que sea posible realice ejercicios pasivos de tipo doblar y estirar las piernas o los brazos.
- ✓ Evite dar masajes en las partes del cuerpo que tienen contacto sobre la superficie.
- ✓ Revise cómo está la piel en los puntos donde están los elementos tales como sondas (nasogástrica, orogástrica, gastrostomía, vesical u otra), férulas o sujeciones mecánicas.

Revisemos las partes que debe cuidar más:



Ante cualquier pregunta no dude en comunicarse con el Hospital Universitario Mayor:



Línea de atención telefónica

Teléfono: 5600520 Ext. 3962



Celular: 3138152076



Horario de lunes a domingo

las 24 horas