

LAS ÚLCERAS POR PRESIÓN NO SON SOLO HERIDAS



ACÉRQUESE A LOS PABELLONES Y LAS
ENFERMERAS DEL HOSPITAL LE
INFORMARÁN

RECOMENDACIONES A PACIENTES CON RIESGO O CON ÚLCERAS POR PRESIÓN

Las úlceras por presión son lesiones en la piel que aparecen en cualquier parte del cuerpo, asociadas a una presión continua, sobre una superficie de apoyo dura.

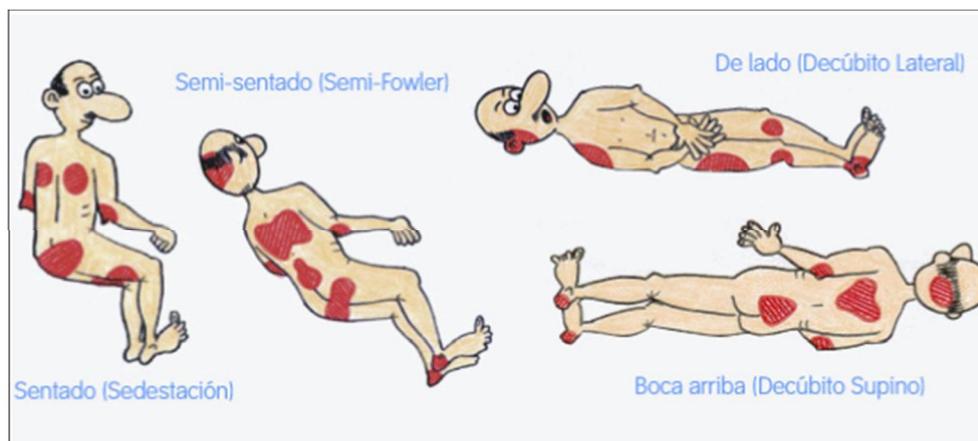
¿QUIENES PUEDEN PADECERLAS?

Aquellas personas que mantienen siempre una misma posición durante un tiempo indeterminado y que además tengan:

- Edad avanzada.
- Enfermedades que deterioran la movilidad: Alzheimer, IC-TUS, etc.
- Inmovilidad continúa en cama o en silla de ruedas.
- Incontinencia: urinaria y/o fecal, por ello hay que visualizarlas zonas con humedad constante y aplicar cremas barreras.
- Nivel de conciencia disminuido.

¿QUÉ MEDIDAS PUEDEN AYUDAR A PREVENIRLAS?

- Hacer **cambios** posturales.
- **Movilización** del paciente según le indique su enfermera con ejercicios pasivos y/o activos.
- Si el paciente está encamado, **usar “entremetida”** para moverlo en la cama. Evite los arrastres para que no causen fricción.
- **Alimentación** equilibrada e ingesta de **líquidos** adecuados.
- **Vigilancia** del estado de la **piel** al menos una vez al día y sobre todas las zonas del hueso prominentes:



- **Higiene y cuidados de la piel:** jabón neutro, buen secado en pliegues, aplicar crema sin masajear (no dar colonia), uso de ropa de algodón, sábanas bien estiradas, aplicar en las zonas prominentes los ácidos grasos hiperoxigenados (AGHO).
- Colocación de dispositivos que **alivien la presión** con colchones dinámicos y cojines de silicona. **NO USAR FLOTADORES.**

SI TIENE DUDAS, CONSULTE CON SU ENFERMERA

RECOMENDACIONES PARA LOS CUIDADORES:

- Cuide su estado de salud.
- Duerma y descansa a diario.
- Relaciónese con amigos o familiares, lo que le permita susituación real.
- Procure distraerse, pasear, leer, ir al cine...
- Déjese ayudar por quién se preocupe por usted.

RECURSOS WEB PARA CUIDADORES:

En el siguiente enlace, encontrará información sobre prevención y tratamiento de úlceras por presión a través de guías para descargar para cuidadores:

<https://www.ulceras.net/pacientes/>

SI TIENE DUDAS, CONSULTE CON SU ENFERMERA