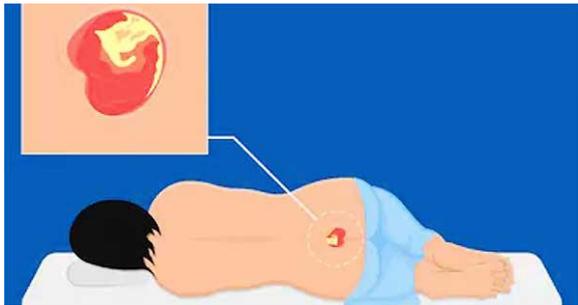


## CIENCIA Y SALUD SAN JUAN

# PREVENCIÓN DE ÚLCERAS POR PRESIÓN EN PACIENTES POSTRADOS EN CAMA

La piel es el órgano más grande del cuerpo humano y las personas que permanecen mucho tiempo acostadas o en una misma posición por más de dos horas presentan lesiones que si no se tratan de forma adecuada pueden ocasionar infecciones (celulitis, osteomielitis) que conlleven a una hospitalización o complicaciones tan graves como un cáncer. Es por esto, que debemos conocer sus tipos, cómo prevenirlas y/o dar un manejo adecuado.



### Categorías:

**Categoría I: Eritema no Blanqueante**, Enrojecimiento de la piel, que no blanquea. El área puede ser dolorosa, firme, más caliente o más fría.

**Categoría II: Úlcera espesor parcial**, Pérdida parcial del grosor de la piel, tiene aspecto de ampolla o cráter superficial.

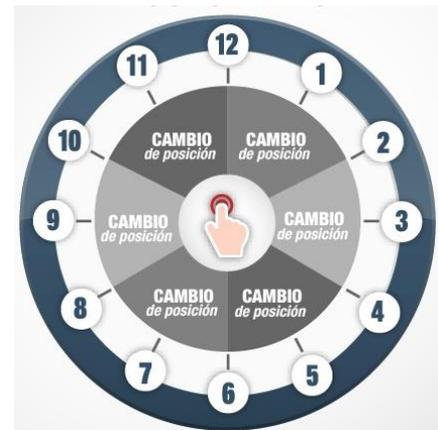
**Categoría III: Pérdida total del grosor de la piel**. Pérdida completa del grosor del tejido, la grasa subcutánea puede resultar visible, pero los huesos, tendones o músculos no se encuentran expuestos.

**Categoría IV: Pérdida total del espesor de los tejidos** Pérdida total del espesor del tejido con hueso, tendón o músculo expuestos.

**Categoría V: No estadiable** Profundidad desconocida, pérdida total del espesor de los tejidos, donde la base de la úlcera está completamente cubierta de restos inflamatorios y necróticos (amarillos, canela, grises, verdes o marrones) y/o escaras en la herida.

### ¿CÓMO PREVENIR ÚLCERAS POR PRESIÓN?

**1. REALIZANDO CAMBIO DE POSICIÓN, AL MENOS CADA DOS HORAS.**



**2. MANTENER LA PIEL LIMPIA Y SECA.**

- Utilizar jabones o sustancias limpiadoras respetuosas con la piel y con bajo poder irritativo.
- Lavar la piel con agua tibia, secar meticulosamente, sin friccionar.
- No utilizar alcoholes, ni colonias ya que resecan la piel.

- Aplicar cremas hidratantes o aceites vegetales, procurando que se absorban bien.
- Si tenemos un problema de incontinencia o exceso de sudoración utilizar productos barrera, como productos con óxido de zinc que protegen y aíslan la piel de la humedad.



- Existen maneras caseras de hacer cojines que nos ayuden a prevenir la presión en ciertas partes del cuerpo (cojines con icopor) o también hacer uso de colchones antiescaras para alivio de la presión.

Haciendo todas estas recomendaciones podemos garantizar que nuestros pacientes no hagan zonas de presión ni heridas por su quietud.

*Angela María Ocampo Valencia*

ANGELA MARÍA OCAMPO VALENCIA  
Enfermera

### 3. REALIZAR UN BUEN MANEJO DE LA PRESIÓN

- La movilización: La enfermera explica cómo se deben hacer los cambios de posición de forma correcta.
- Los cambios posturales deben realizarse cada 2 o 3 horas siguiendo un programa rotatorio de cambios.
- La utilización de colchones, sobre colchones, cojines y otros dispositivos de alivio de la presión.
- La protección local con apósitos de diferentes formas que se adaptan a la forma del cuerpo (los más comunes son las taloneras para proteger los talones). Debemos proteger aquellas zonas de especial riesgo: talones, sacro, tobillos, caderas, etc.

#### PARA TENER EN CUENTA...

- Los apósitos deben cumplir una serie de requisitos. Nos deben permitir inspeccionar la piel una vez al día, sino no sabremos si debajo del apósito se puede estar originando una lesión.
- Si utilizamos apósitos adhesivos tenemos que vigilar que éstos no lesionen la piel. Cuando los sacamos, Debemos utilizar apósitos con gel de silicona o con un adhesivo suave.