



Lesões por Pressão

RUNNYMEDE
HEALTHCARE CENTRE

625 Runnymede Rd.
Toronto, ON M6S 3A3
T 416 762 7316
F 416 762 3836

www.runnymedehc.ca



CONTACTE A SUA ENFERMEIRA OU
O SEU MÉDICO.

Nós tornamos possível

O que é uma lesão por pressão?

Uma lesão por pressão, também conhecida como escara ou úlcera por pressão, é uma lesão na pele e no tecido subjacente causada pela pressão. Uma lesão por pressão pode acontecer quando a sua pele pressiona contra uma superfície, como um colchão ou cadeira de rodas, por muito tempo. A pressão sobre os vasos sanguíneos reduz o fluxo sanguíneo para a pele, o que pode eventualmente causar uma ferida.

As lesões por pressão geralmente desenvolvem-se em partes ósseas do corpo, como o cóccix, os ombros, cotovelos, ancas e calcanhares, bem como através do contacto e pressão de dispositivos médicos, como equipamento respiratório, meias, tubos, talas e gessos.

As lesões por pressão variam em gravidade e podem causar dor, dano muscular e infecção.

COMO É QUE ACONTECEM AS LESÕES POR PRESSÃO?

Lesões por pressão começam apresentar uma área avermelhada na pele e podem evoluir para uma ferida aberta. Podem resultar de uma pressão intensa durante um curto período de tempo ou de uma pressão menor durante um longo período de tempo.

As lesões por pressão são mais propensas a desenvolver-se em pessoas que:

- Estão acamadas ou em cadeira de rodas.

- Tenham uma lesão ou doença que os impeça de se mover normalmente, sentindo dor ou transmitindo dor ou pressão.
- Tenham uma condição que os torne sonolentos ou menos alertas, tenham mau fluxo sanguíneo ou usem um dispositivo médico.
- Tenham mau controle das funções da bexiga ou intestino (incontinência).
- Sejam de certas etnias. Pessoas afro-americanas ou de descendência latina ou hispânica correm maior risco em comparação com outros grupos étnicos.
- Estejam desnutridas ou mal hidratadas.
- Já tenham tido uma lesão por pressão.

O QUE É QUE PODE FAZER PARA EVITAR LESÕES POR PRESSÃO?

Cuidados com a pele

- Mantenha a sua pele limpa e seca. Não esfregue ou massageie áreas ósseas
- Hidrate a pele seca.
- Use produtos de limpeza suaves e protetores de pele regularmente se for incontinente.
- Verifique diariamente a sua pele relativamente a qualquer alterações na cor e para quaisquer novas bolhas ou feridas. Certifique-se que verifica sob e ao redor de quaisquer dispositivos médicos e entre os vincos da pele.

Pressão

- Movimente-se ou mude de posição a cada duas horas quando estiver deitado e repositicione-se a cada 15 - 30 minutos enquanto estiver numa cadeira de rodas.

- Use travesseiros ou almofadas para redistribuir a pressão.
- Use dispositivos médicos que não esfreguem na sua pele.
- Use botas anti-escara para proteger os calcanhares

Medicação

- Tome quer a medicação prescrita quer a vendida sem prescrição conforme as instruções. Não pare de tomar os seus antibióticos até os terminar, mesmo que se sinta melhor.

O QUE É QUE FAREMOS PARA EVITAR LESÕES POR PRESSÃO?

Os seus prestadores de cuidados de saúde:

- Inspeccionarão a sua pele diariamente, pelo menos. A pele sob ou ao redor de dispositivos médicos deve ser verificada pelo menos duas vezes ao dia enquanto você estiver no hospital.
- Podem recomendar que use um colchão especial ou uma almofada de cadeira.
- Vão avaliar a sua nutrição e consultar um nutricionista, se necessário.
- Inspeccionarão e mudarão quaisquer curativos de feridas regularmente.
- Ajudá-lo-ão a repositicionar-se dentro da assiduidade necessária.
- Ajustarão quaisquer dispositivos médicos ou aparelhos conforme necessário para limitar a pressão na sua pele.
- Manterão a sua pele limpa e seca.
- Podem usar produtos de limpeza suaves e protetores de pele se você for incontinente.
- Hidratarão a pele seca