

Lesiones por Presión (Escaras)

**PARA MÁS INFORMACIÓN,
PÓNGASE EN CONTACTO
CON SU ENFERMERA O
MÉDICO**

RUNNYMEDE
HEALTHCARE CENTRE

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

*Información para
pacientes, familiares y
cuidadores*

¿Qué es una lesión por presión?

Una lesión por presión es un daño en la piel y el tejido subyacente causado por una presión prolongada. La lesión por presión puede producirse cuando la piel ejerce presión contra una superficie, como un colchón o el asiento de una silla de ruedas, durante demasiado tiempo. La presión sobre los vasos sanguíneos reduce el flujo de sangre a la piel, lo que provoca una herida.

Las lesiones por presión suelen aparecer en prominencias óseas como el cóccix, los hombros, los codos, las caderas y los talones, así como debajo de dispositivos médicos como equipos respiratorios, medias, tubos, férulas y yesos.

Las lesiones por presión varían en gravedad y pueden causar molestias, dolor e infecciones.

Las lesiones por presión son más propensas a desarrollarse en personas que:

- Están postradas en cama o en silla de ruedas
- Han sufrido una lesión por presión anteriormente
- Tienen una lesión o enfermedad que les impide moverse con normalidad
- Padecen una enfermedad que les produce sueño o somnolencia
- No controlan bien la vejiga o el intestino (tienen problemas de incontinencia).
- Están desnutridas y/o deshidratadas

¿QUÉ PUEDE HACER PARA PREVENIR LAS LESIONES POR PRESIÓN?

Cuidado de la piel:

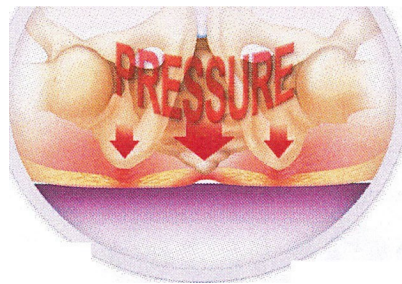
- Revise su piel diariamente para detectar cualquier cambio de color y la aparición de nuevas ampollas o úlceras.
- Asegúrese de revisar debajo y alrededor de cualquier dispositivo médico y entre los pliegues de la piel.
- Mantenga la piel limpia e hidratada
- Si padece incontinencia, utilice habitualmente limpiadores suaves y protectores de la piel
- No frote ni masajee las zonas óseas

Cambio de Posición

- Se recomienda cambiar de posición cada dos horas en la cama, si es posible.

Alivio de Presión

- Utilice cojines especiales para redistribuir la presión (por ejemplo, cojines para sillas).
- Utilizar botas de alivio de presión para proteger los talones



¿QUÉ HAREMOS PARA PREVENIR LAS LESIONES POR PRESIÓN?

Cuidado de la piel:

- Inspeccionaremos su piel a diario
- Revisaremos la piel debajo o alrededor de los dispositivos médicos en cada turno.
- Ajustaremos los dispositivos médicos y ortopédicos según sea necesario para evitar lesiones por presión.
- Mantendremos su piel limpia y seca
- Utilizaremos limpiadores suaves y protectores de la piel si padece incontinencia
- Hidrataremos la piel

Cuidado de heridas

- Inspeccionaremos y cambiaremos el apósito de la herida con regularidad

Reposicionamiento

- Le ayudaremos a cambiar de posición cada dos horas
- Le recomendaremos cambiar de posición cada 15-30 minutos mientras esté en una silla de ruedas o en una silla

Alivio de presión

- Es recomendable que utilice un colchón o un cojín especial para sillas
- Utilizaremos almohadas o dispositivos especiales de presión flotantes para proteger los talones

Nutrición

- Evaluaremos su nutrición y se consultará a un especialista en nutrición si es necesario