

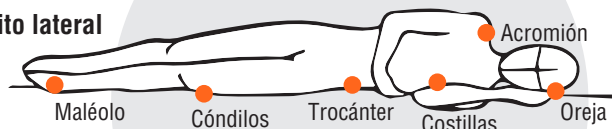
- Cambie de posición al paciente cada 2 horas durante el día y cada 4 horas durante la noche, ayúdese con almohadas o cojines.
- En los casos que sea posible realice ejercicios pasivos de tipo doblar y estirar las piernas o los brazos.
- Evite dar masajes en las partes del cuerpo que tienen contacto 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:

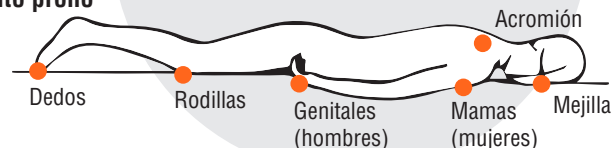
#### Decúbito dorsal



#### Decúbito lateral



#### Decúbito prono



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



Módulo 6

## Unidad de Extensión Hospitalaria

Prevención de úlceras por presión

## ¿Qué 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



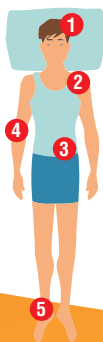
### Acostados de lado:

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.

## ¿Cómo 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

