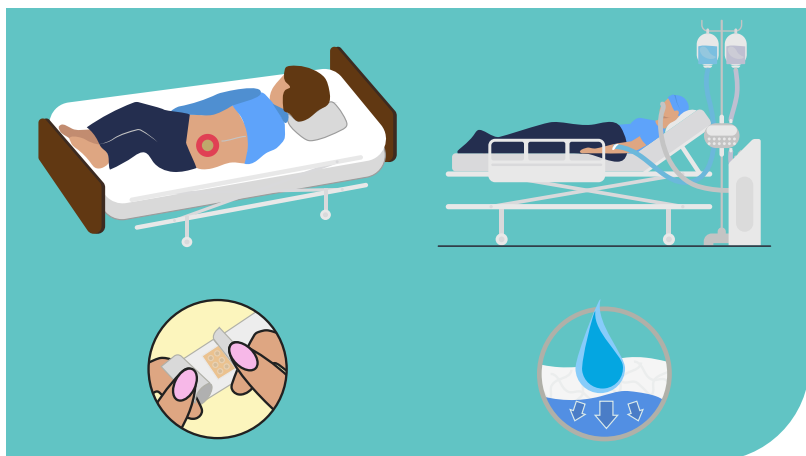


Lesiones cutáneas por dependencia

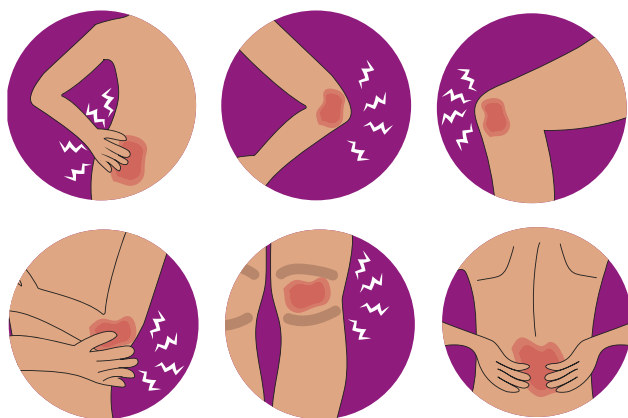


¿Qué son las lesiones cutáneas por dependencia?

Son lesiones que aparecen en la piel y son más frecuentes en pacientes que se encuentran hospitalizados o cuyo estado de salud no les permite tener un adecuado autocuidado.

¿Por qué se producen?

- **Presión:** cuando un paciente permanece por mucho tiempo en una misma posición, pueden aparecer lesiones en la parte de la piel que está apoyada sobre superficies externas como colchones, sillas, camillas, entre otros.



- **Fricción:** cuando el paciente se arrastra o se desliza, ya sea en la cama o en una silla, la piel puede estirarse y/o los tejidos

internos pueden torcerse, generando heridas.

- **Humedad:** cuando la piel está expuesta de forma frecuente a la humedad, ya sea por orina, materia fecal, sudor, saliva, vómito o secreciones de heridas, se vuelve vulnerable al desarrollo de lesiones.
- **Adhesivos:** es muy frecuente que los pacientes hospitalizados tengan en su piel algún tipo de adhesivos como microporos, cintas, electrodos o parches. Por esta razón, es sumamente importante que ni el paciente ni sus familiares los retiren por su cuenta, para evitar rasgar la piel.
- **Dispositivos:** en la Clínica, los dispositivos médicos como las mascarillas de oxígeno, las sondas nasogástricas y otros equipos, son indispensables para la recuperación de los pacientes. Sin embargo, su uso puede causar lesiones en la piel.



¿Qué personas tienen más riesgo de desarrollar lesiones por dependencia?

Las personas que dependen del cuidado de otros y tienen dificultades para moverse por sí mismas corren un mayor riesgo de desarrollar lesiones en la piel. Este riesgo aumenta con la edad avanzada, la malnutrición y el consumo de cigarrillos. Además, enfermedades como la diabetes y los problemas circulatorios o respiratorios representan factores de alto riesgo, ya que reducen la cantidad de oxígeno que llega a los tejidos, haciéndolos más propensos a dañarse.

¿Cómo podemos prevenirlas?

- Todos los días debe evaluarse la piel para identificar enrojecimiento o aparición de ampollas.

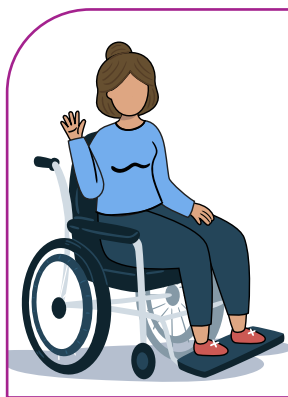


- Mantener la piel limpia y seca, utilizando jabones poco irritantes y sin alcohol.
- Después del baño, seque la piel con una toalla suave, dando **toques ligeros** y sin frotar, especialmente debajo de los senos, en las ingles o debajo de los pliegues.

- Para evitar que la piel se reseque, aplique cremas hidratantes en áreas clave como tobillos, codos, caderas, espalda baja y hombros. Asegúrese de que la piel no esté enrojecida antes de aplicarla y espere a que la crema se absorba por completo.



- Si usa pañal permanente, cámbielo tan pronto como se humedezca. Realice la limpieza de los genitales y, si es necesario, aplique una crema con **óxido de zinc** para prevenir la irritación de la piel. Es preferible evitar el uso de paños húmedos comerciales que contienen alcohol.
- Si su estado de salud lo permite, evite estar acostado todo el día. Realice movilizaciones con frecuencia en la habitación, procurando utilizar la cama solo para descansar en la noche o para hacer pequeñas siestas en el día.
- Si pasa mucho tiempo sentado o en cama, cambie de posición con frecuencia. Si no puede hacerlo, pida ayuda a su acompañante o al personal de enfermería.



- Evite arrastrarse a lo largo de la cama, ya que esto puede causar fricción y desgarros en la piel.
- Revise la cama o la silla para asegurarse de que estén libres de objetos (botones, sondas, tapas o catéteres) que puedan causar traumatismos.
- Para evitar el contacto entre las rodillas, coloque una almohada entre ellas. También puede usarlas para evitar que las prominencias óseas (huesos que sobresalen) queden apoyadas directamente sobre la cama.





- No eleve la cabecera de la cama a más de 30° por mucho tiempo; hágalo solo en el momento de la alimentación.
- Una alimentación adecuada previene la aparición de lesiones en la piel y facilita la curación de estas. Procure consumir por completo la dieta que se le suministre en la Clínica, la cual está diseñada según sus necesidades nutricionales.



Preguntas

1.

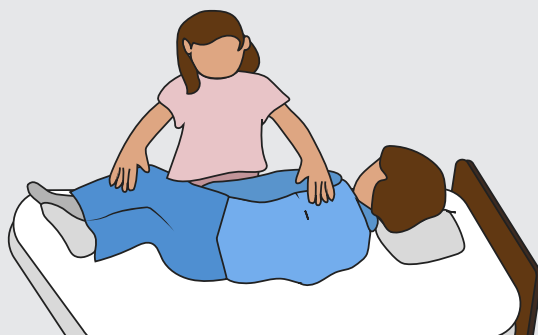
¿Qué son las lesiones cutáneas por dependencia?

2.

¿Cuáles son las causas de las lesiones cutáneas asociadas a la dependencia?

3.

¿Qué medidas deben tomarse para el cuidado diario de la piel en personas con riesgo?



¡Importante!



En pacientes con alto riesgo de desarrollar lesiones en la piel, es común que el personal de enfermería utilice **apósitos protectores** y **colchones especiales** para distribuir la presión.

Si siente ardor, escozor, piquiña o enrojecimiento en cualquier parte del cuerpo, o si nota que algún dispositivo médico está muy apretado, informe al personal de enfermería.

Clínica Cardio VID Sede Robledo

Cl. 78B N° 75 - 21 • Medellín

Sede ambulatoria Ciudad del Río

Distrito Vera Carrera 44 #20 - 40 B2 Local 11 • Medellín

Contact center para citas y ayudas diagnósticas

• Teléfono: 604 3221900 • WhatsApp 322 3692943
Información general • Teléfono: 604 3227090

www.cardiovid.org.co

Síguenos @cardiovid

