



No utilizar alcohol para hacer masajes.



Mantener una cama limpia, seca y sin arrugas.



Mantener la piel humectada con cremas.



Siempre vigilar la piel



Usar aceites esenciales para la piel.



Si usa pañal: cambiarlo cada 4 horas.



Hacer cambios de posición cada 2 horas.



Mantener una dieta balanceada.

TRATAMIENTO

Si tienes un riesgo alto de tener una herida, las enfermeras pueden llegar a utilizar estos elementos:



CONTÁCTENOS

Correo Electrónico: enfermeroprogramaclinicaheridas1@hun.edu.co

ATENCIÓN AL USUARIO

Hospital Universitario Nacional de Colombia

Correo Electrónico: atencionalusuario@hun.edu.co

Teléfono: +57 3156704037



PE-FR-63 V002

PREVENCIÓN DE LESIONES EN LA PIEL

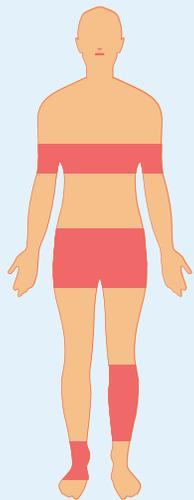


En el HUN trabajamos continuamente para favorecer el cuidado de la piel.

¿QUE ES UNA LESIÓN DE PIEL?

Son heridas que aparecen en cualquier parte del cuerpo, hasta mucosas, como

por ejemplo:



- ▶ Nariz y fosas nasales
- ▶ Boca
- ▶ Axilas
- ▶ Bajo los pechos
- ▶ Cadera
- ▶ Ingle
- ▶ Piernas
- ▶ Tobillos
- ▶ Talones

¡Aparecen rápidamente si no se previenen a tiempo!

SIGNOS DE ALARMA

¡Hay alarmas de que puede aparecer una lesión! Si ves una de estas, avísale a una enfermera.

- ▶ Piel enrojecida, violeta o azul.
- ▶ Marcas que no desaparecen.
- ▶ Piel muy seca y frágil.
- ▶ Ampollas



¿POR QUÉ APARECE UNA LESIÓN?



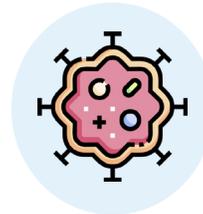
Piel Frágil



Edad Extrema



Algunos Medicamentos



Enfermedades como el cáncer



Alta Dependencia



Mala Alimentación

¿QUÉ CAUSA LAS LESIONES?

▶ MUCHO TIEMPO ACOSTADO/SENTADO



Mucho tiempo en la misma posición puede causar una lesión.

▶ MUCHA HUMEDAD MUCHO TIEMPO

Cuando la piel no se seca después del baño o ha estado mucho tiempo húmeda por orina, sudor o materia fecal.



▶ POR DISPOSITIVOS



Por uso prolongado de máscara o cánula de oxígeno, sonda o catéter puede aparecer una lesión.

▶ POR ADHESIVOS

Cuando hay una alergia o se ha usado un adhesivo (electrodos, fijación de sonda, catéter o intubación) por mucho tiempo.



¿CÓMO LAS PUEDO PREVENIR?



En el baño, utilizar un jabón neutro.



Secar bien la piel, las axilas, la ingle y entre los glúteos después del baño.



No masajear la piel donde sobresalen los huesos.