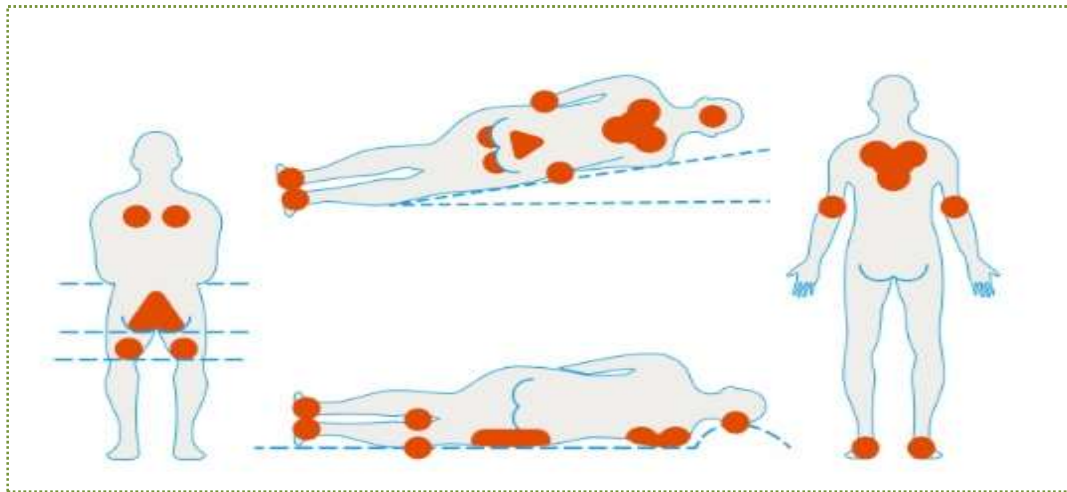




PREVENCIÓN DE LAS ÚLCERAS POR PRESIÓN

¿Qué son las úlceras por presión o UPP?

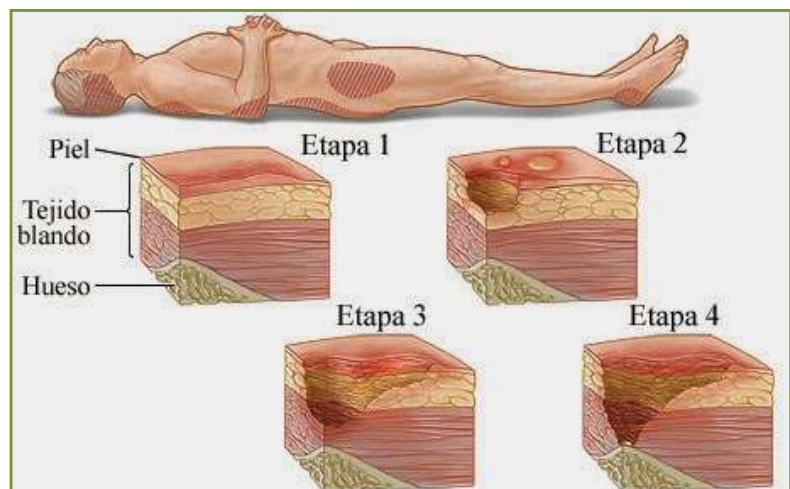
Las úlceras por presión o más comúnmente denominadas como “escaras”, son heridas que se producen en la piel debido a la presión constante de la zona corporal sobre una superficie, siendo mucho características de las zonas que presentan relieves óseos, tal y como aparece en el cuadro.



¿Cómo podemos detectar una APP?

- Al inicio, la zona se presenta enrojecida, el color difiere bastante del resto de la zona, no cesa ni ejerciendo presiones a distinta intensidad. Esto es lo que se conoce como primera fase.
- A continuación aparece prurito y la dermis se aprecia dañada parcialmente.

La detección de las úlceras debe ser en las primeras fases ya que en las finales, la herida se presenta abierta suponiendo





un importante foco de infección.

- En la tercera fase la dermis está totalmente dañada, dejando a la vista incluso la grasa subcutánea.
- En la cuarta y última fase, la dermis está tan dañada que hay necrosis del tejido, lesión de musculatura, pudiendo alcanzar las zonas óseas.

¿Cómo prevenir su aparición?

1. **Controla la humedad.** Se debe secar muy bien la zona una vez realizado el aseo y realizar los cambios de pañales necesarios para que la humedad no esté en contacto con la piel
2. **Vigila aquellas zonas que tengan dispositivos.** Si la persona usuaria es portadora de sonda o catéteres, pueden aumentar la fricción en las movilizaciones.
3. **Mantén la piel muy hidratada.** Aplica cremas y aceites de hidratación intensa que doten de mayor elasticidad a la piel.
4. **Beber mucha agua.** Además de la hidratación local es fundamental mantener la hidratación interna para conseguir un óptimo estado dérmico.
5. **Realiza cambios posturales.** Se deben realizar cambios de decúbito supino a decúbito lateral cada 2 horas, para evitar la presión prolongada.
6. **Evita fricciones durante la movilización.**
7. **Limpieza.** La zona se debe limpiar con el mismo producto usado para el resto del cuerpo o suero fisiológico.
8. **Protección.** Si comienza a existir eritema o erosión cutánea, se recomienda tapar con apósitos para que no entre en contacto con heces.

OJO...

Las **técnicas de cura** de las úlceras por presión, son competencias exclusivas de los diplomados o graduados en enfermería, **no pudiendo el personal auxiliar realizar esta función en ninguno de los casos.**