

## BOLETÍN DE PREVENCIÓN DE LA DDD | LESIONES POR PRESIÓN

Las lesiones por presión, también conocidas como úlceras por decúbito, escaras o llagas por presión, son zonas de la piel dañadas por una presión prolongada. Inicialmente, pueden aparecer como un ligero enrojecimiento de la piel, pero puede haber daños más importantes bajo la superficie. Las lesiones por presión pueden ser dolorosas y, en ocasiones, provocar infecciones, con posibles complicaciones graves como envenenamiento de la sangre (sepsis) o infecciones óseas (osteomielitis).

- En los casos graves, pueden extenderse profundamente bajo la piel y destruir parte del músculo o el hueso subyacente.
- Las personas con mayor riesgo de desarrollar lesiones por presión son las que están confinadas en una cama o silla y no pueden moverse con independencia. Otros factores de riesgo son la mala circulación, la humedad frecuente en la piel, la edad avanzada, la ingesta insuficiente de alimentos y líquidos y los antecedentes de lesiones por presión.
- Las señales que hay que buscar, especialmente en las zonas en las que los huesos están cerca

de la piel, son: piel roja/morada/azulada, ampollas, hinchazón, resequedad o manchas, zonas brillantes, grietas, callos y arrugas.

- Las señales que hay que detectar son las zonas duras o calientes.
- Si no se tratan, las lesiones por presión pueden infectarse y provocar sepsis.



### Prevención de lesiones por presión

- Anime a las personas a moverse al menos cada hora, y si dependen de usted, cambie de posición al menos cada 15 minutos en una silla y cada dos horas en la cama. Evite la fricción (por roce, arrastre) y el cizallamiento (deslizamiento por la cama).
- Proporcionar una hidratación adecuada y una dieta equilibrada.
- Evaluar la piel diariamente. Preste especial atención a los pies. Los que tienen una circulación disminuida pueden no sentir dolor.
- Mantenga la piel limpia y seca en todo momento. Evite que la piel permanezca húmeda durante un periodo de tiempo prolongado, ya que permite el crecimiento de las bacterias. Seque la piel suavemente para evitar daños. Evite masajear la piel sobre partes óseas del cuerpo
- Báñese o dúchese con agua tibia (no caliente) utilizando un limpiador o jabón suave.
- Utilice una loción hidratante para evitar que la piel se reseque y se agriete
- Utilizar almohadas y otros productos como cojines, acolchados y colchones para aliviar la presión.
- **Asegúrese del cumplimiento de las órdenes médicas de reposicionamiento.** Crear un programa basado en estas directrices y forme a todos los cuidadores al respecto. Lleve un cuaderno de reposicionamiento para controlar la concienciación del personal y el progreso en la curación de las lesiones por presión, lo que ayudará a identificar cualquier ajuste necesario en las directrices.

## Las cuatro etapas de las lesiones por presión

Las lesiones por presión se clasifican en cuatro estados dependiendo de su profundidad y gravedad, el estado cuatro, siendo el más grave. Las escaras en los estadios iniciales (1 y 2) suelen curarse con un alivio adecuado de la presión y un buen cuidado de la piel.

### Primera etapa

- La piel no está dañada.
- La piel aparece roja en las personas con un color de piel más clara y no se aclara brevemente (palidece) cuando se toca.
- En personas con piel más oscura, la piel puede mostrar decoloración y no palidece al tocarla.
- La zona puede ser sensible, dolorosa, firme, blanda, caliente o fría en comparación con la piel circundante.



### Segunda etapa

- La capa externa de la piel (epidermis) y parte de la capa subyacente (dermis) está dañada o se ha perdido.
- La herida puede ser poco profunda y de color rosado o rojo. Puede tener el aspecto de una ampolla llena de líquido o de una ampolla rota.



### Tercera etapa

- En esta etapa, la úlcera es una herida profunda. La pérdida de piel suele dejar al descubierto algo de grasa.
- El fondo de la herida puede tener algo de tejido muerto amarillento.
- El daño puede extenderse más allá de la herida primaria por debajo de las capas de piel sana.



### Cuarta etapa

- Una úlcera en la cuarta etapa muestra una pérdida de tejido a gran escala. Puede exponer músculos, huesos o tendones.
- El daño suele extenderse más allá de la herida primaria, por debajo de las capas de piel sana.
- El fondo de la herida probablemente contiene tejido muerto de color amarillento u oscuro y con costra.

