

BOLETÍN DE PREVENCIÓN DE LA DDD | ÚLCERAS POR PRESIÓN



Las **Úlceras por presión** (úlceras por decúbito) también se denominan llagas de decúbito o por presión, y son lesiones en la piel causados por la presión. Suelen tener el aspecto de un pequeño enrojecimiento de la piel, aunque inicialmente pueden ocultar más daños bajo la superficie de la piel. Las úlceras por presión pueden ser dolorosas y pueden infectarse, causando a veces intoxicación sanguínea o infecciones óseas.

- 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 úlceras por presión son las que están confinadas en una cama o una silla y no pueden moverse de forma independiente, tienen mala circulación, tienen la piel húmeda con frecuencia, son adultos mayores o tienen una ingesta deficiente de alimentos y líquidos, y tienen antecedentes
- 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, resequeidad o manchas, zonas brillantes, grietas, callos y arrugas
- Las señales que hay que detectar son las zonas duras o calientes
- Las úlceras por presión no tratadas se pueden infectar y provocar una sepsis

Prevención de las úlceras 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 de que se sigan las instrucciones del médico para el reposicionamiento.** Utilizar las instrucciones para crear un programa de reposicionamiento. Asegúrese de que todos los cuidadores estén formados en el programa. Es aconsejable mantener un libro de registro de reposiciones para que el personal conozca el progreso de la curación de las úlceras por presión. Esto ayudará a determinar si las instrucciones de reposicionamiento deben ser ajustadas por el médico

Las cuatro etapas de las úlceras por presión

Las úlceras por presión se agrupan en cuatro etapas, de la primera a la cuarta, según su profundidad y gravedad, siendo la cuarta la más grave. Las úlceras por presión en las primeras etapas 1 y 2 se pueden curar con el alivio 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 claro 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

