

## Alimentación Adecuada.



Rica y variada: Carnes, huevos, leche, frutas y verduras.  
Si tiene problemas para masticar o tragar:  
ingiera la comida triturada.

Líquidos (entre 1 litro y medio a 2 litros diarios).  
agua, zumos, infusiones.

## RECUERDE

- muévase, muévase, muévase
- cuide la piel.
- lleve una dieta balanceada.

## USTEDES:

La familias y/o cuidadores desempeñan un papel determinante en el cuidado integral y continuado del paciente.

El cuidador es una pieza clave en la prevención.

Ustedes son el eslabón entre el paciente y el profesional de la salud.

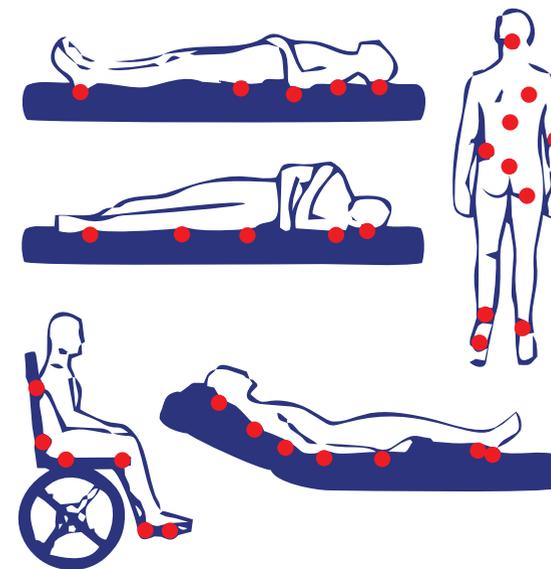
Son sujetos activos en el mantenimiento y mejora de la calidad de vida.

La seguridad del paciente la construimos entre todos.



**COMEPA** IAMPP  
Hacemos hoy la salud del mañana

## ULCERAS POR PRESIÓN



Información dirigida a  
**PACIENTES Y CUIDADORES**

Todo paciente tiene derecho a ser escuchado, asistido, respetado.

**COMEPA** IAMPP  
Hacemos hoy la salud del mañana

**FEPREMI**  
Federación de Prestadores Médicos del Interior

**COMEPA** IAMPP  
Hacemos hoy la salud del mañana

**FEPREMI**  
Federación de Prestadores Médicos del Interior

## Pacientes acostados lateralmente:



## ¿COMO SE PREVIENEN?

### 1° Higiene y cuidado de la piel.

Lave la piel prestando atención a los pliegues cutáneos.

Aclare y seque minuciosamente sin frotar.

SI agua tibia y jabón neutro.

NO agua caliente, colonia o alcohol.

Mantener la piel SECA (sin materia y orina) y bien HIDRATADA (cremas hidratantes o aceites esenciales).

### 2° Realizar cambios posturales.

Paciente en cama..... cada 2 horas

Paciente sentado..... cada 1 hora.

## ¿Qué son?

Son lesiones en la piel o debajo de ella, causadas por una presión mantenida en una zona del cuerpo.

Son difíciles de curar.  
Pueden comprometer seriamente la salud.

## ¿POR QUE SE PRODUCE?

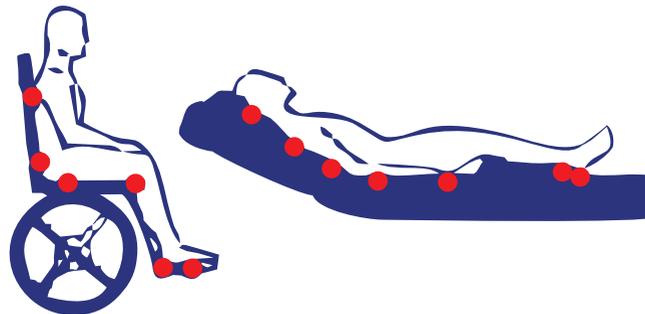
**PRESIÓN:** el peso del cuerpo aprieta los tejidos entre la cama y los huesos.

**FRICCIÓN:** al subir al paciente hacia la cabecera arrastrándolo o el roce de los talones con la sabanas.

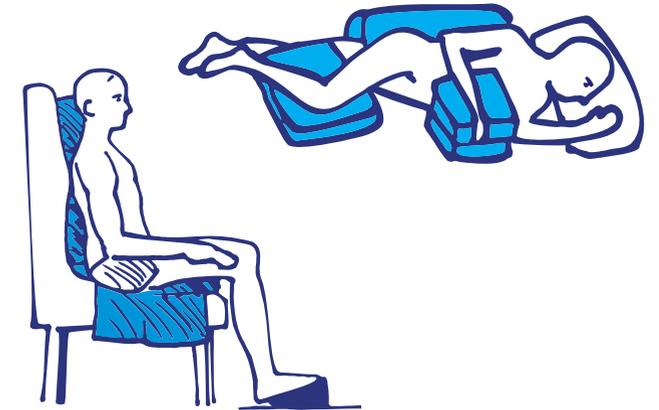
**MACERACIÓN:** producida por humedad excesiva de la piel: Piel húmeda (con orina y heces).

**Paciente sentado.**

**Paciente acostado boca arriba.**



## USO DE DISPOSITIVOS DE ALIVIO DE PRESIÓN.



Mover al Paciente **EVITANDO ARRASTRES** para que no friccione la piel sobre la ropa.

**EVITAR:** botones, costuras de ropa o restos de alimentos.

**NO** Elevar la cama a mas de 30° mucho tiempo.

**SI** sábanas de algodón o lino.

**SI** sábanas estiradas, sin arrugas, limpias y secas.