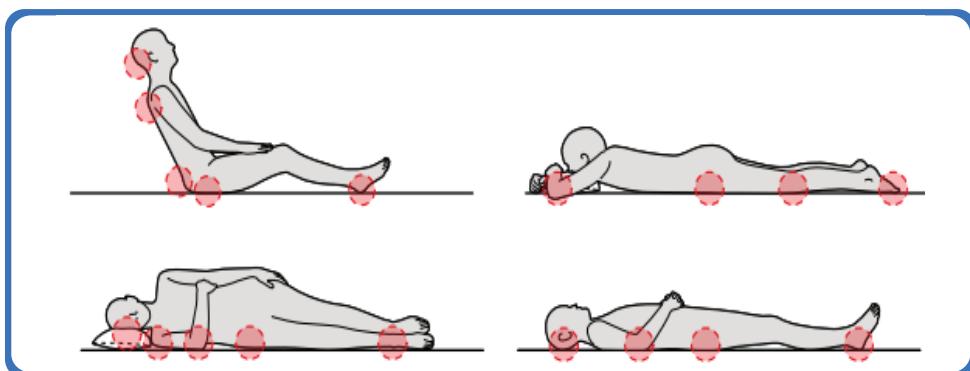


## LESIONES POR PRESIÓN EN EL ADULTO ¿SABES CÓMO PREVENIRLAS?

### 1 ¿Qué son las lesiones por presión?



Son áreas de la piel que sufren daño debido a la presión y exposición prolongada de una parte del cuerpo, en una misma posición o **contacto con un dispositivo médico**.

### 2 ¿Qué factores de riesgo contribuyen a su aparición?

**Infección** en el cuerpo.

Enfermedades que afectan la **circulación de la sangre**.

Zonas propensas a la **humedad**. Ejemplos: Pliegues y zona genital.

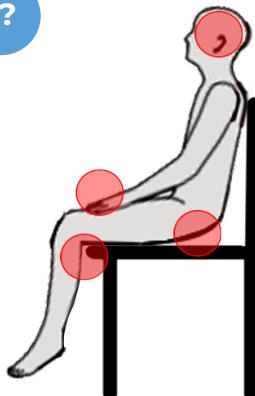
Falta de **movilidad**.

**Malnutrición**.

### 3 ¿Dónde se pueden producir las lesiones por presión?

En aquellas zonas de apoyo donde los **huesos** están más próximos a la superficie de la piel. Las cuales dependerán de la **posición que adoptes** en la cama o en el sillón.

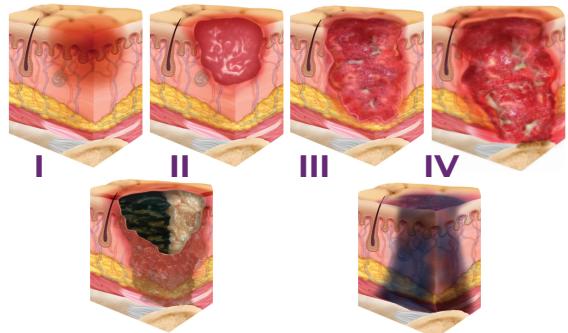
Los talones, los codos y la zona sacra son los que suelen comprometerse con mayor frecuencia.



## 4 Tipos de lesiones por presión

Las lesiones se clasifican según las partes del cuerpo comprometidas, como **la piel o tejidos**. Las cuales van desde el enrojecimiento de la **piel (I)** hasta la pérdida completa de los **tejidos (IV)**.

Existen casos más complejos donde la profundidad es desconocida; como en el caso de las **no clasificable** y aquellas que, afectan sólo **tejidos profundos**.



**No clasificable**

(Conocidas como **escaras**)

**Tejidos profundos**

## 5 ¿Podemos prevenir las lesiones por presión?

La gran mayoría son prevenibles. Por esto hay recomendaciones generales que puedes seguir para contribuir en tu cuidado.



Permite que el equipo de enfermería revise tu piel **todos los días**



Debes mantener una **higiene adecuada** en el cuerpo, por eso te bañarán **todos los días**.



Después del baño debes aplicarte **crema hidratante**, si no puedes te ayudaremos.



Dependiendo del riesgo que tengas puede que te apliquen otros productos para **proteger la piel** durante el día.



Debes mantener una **nutrición adecuada**, por esto es importante que comas cada comida según la **indicación médica prescrita**.



Debes **cambiar de posición** según la frecuencia que te diga el equipo. En caso de no poder realizarlo solo, **te ayudaremos**.



Puede ser necesario que utilices algunos **elementos de protección** para prevenir las **lesiones**.

Las/os enfermeras/os evaluarán todos los días el riesgo de presentar alguna lesión y dependiendo de esto son las medidas específicas que tomarán, las cuales te serán informadas.