

Medidas de alívio de pressão

Existem vários materiais que podem ser utilizados na prevenção da ulcera de pressão.

Muitos deles também têm o seu uso no tratamento das mesmas. Entre os materiais existentes destacamos:

Camas:



Colchões:



Roupa:

- Lençóis com cantos elásticos sem bordas / lisos
- Roupa de tecidos naturais
- Têxteis de lã de carneiro ("meias", resguardos)

Suportes:

- almofadas
- almofadas especiais para suporte dos pés e cotovelos

Basicamente na prevenção a qualidade mais importante dos materiais utilizados é aliviar e / ou espalhar a pressão do corpo sem causar fricção .

Técnicas de alívio de pressão:

Existem um conjunto de técnicas que contribuem para a prevenção de úlceras de pressão e baseia-se principalmente no virar/posicionar os doentes.

Técnicas para posicionar/virar doentes:

- Evitar arrastar o doente ,
- Usar técnicas correctas no posicionamento de doentes: -costas direitas, não sobrecarregar as zonas de pressão, etc..
- Dividir o peso do doente no colchão, evitando zonas de pressão.
- Colocar um doente em posições "naturais". (respeitando o alinhamento corporal).
- Quando sentado efectuar posicionamentos horário,
- Não levantar a cabeceira da cama do doente mais que 30-35° quando o doente está em posição lateral para evitar pressão e deslizamento.

O tempo que um doente pode permanecer numa determinada posição, depende dos meios e materiais usados e do estado geral do doente.

Actualmente o tempo médio para reposicionar doentes é de 2 a 3 horas. Isto dá tempo para a pele "descansar" após o posicionamento anterior e evita mexer demasiado nos doentes causando fricção desnecessária.

Prevenção das úlceras de pressão



Travessa da Rua Marquês de Pombal
4560-682 Penafiel
Telf: 255 712 328/9
Fax: 255 712 330
E-mail: usfsaomartinho@cspenafiel.min-saude.pt

Prevenção das úlceras de pressão:

A ocorrência das úlceras de pressão está directamente ligada à qualidade dos cuidados que um doente recebe, e reflecte, em grande parte, o trabalho do prestador de cuidados.

O que fazer para prevenir o aparecimento de úlceras de pressão:

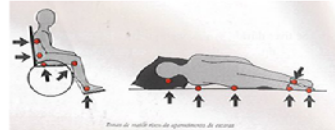
- Mudança frequente de posição (pelo menos de 2 em 2 horas);
- Boa higiene.



Áreas de risco:

A localização das úlceras está associada às proeminências ósseas e estão sempre relacionadas com a postura do doente:

- Região sacro;
- Região trocantérica / crista ilíaca;
- Região isquiática;
- Região escapular;
- Região occipital;
- Cotovelos;
- Calcâneos;
- Maleolos;



Medidas de conforto, higiene e hidratação cutânea

A pele deve ser observada diariamente.

Pele:

- Manter a pele seca (e limpa);
- Lavar com água morna e sem esfregar/causar fricção;
- Utilizar toalhas e outros tecidos suaves e lisos, secar a pele, sem friccionar;
- Não utilizar álcool (30 e 70%);
- Usar sabão neutro (ph5) e hidratantes;
- Massajar com cremes hidratantes até serem absorvidos completamente;
- Não massajar em cima das zonas ruborizadas (porque já estão afectados os capilares).

Incontinência:

- A zona afectada deve ser limpa e seca regularmente;
- Usar meios de protecção que não danifiquem ou irrite a pele.

