

¿Qué es una Herida por Presión?

Una buena salud en general incluye mantener tu piel sana. Pero si estás acostado o sentado durante largos períodos de tiempo, como cuando estas en el hospital, la piel puede romperse y lesionarse. Esto se llama herida por presión.

Tu piel es el órgano más grande de tu cuerpo. Al igual que todo órgano en tu cuerpo, tu piel necesita obtener de tu sangre oxígeno y nutrientes para mantenerse saludable.

Si algo impide que reciba oxígeno, como presión, entonces se daña tu piel y el tejido.

Las áreas huesudas del cuerpo, como los talones, tobillos, coxis, codos y parte trasera de la cabeza en general tienen el mayor riesgo de daño. Estas áreas son conocidas por puntos de presión porque tienen poca protección entre el hueso y la piel.

Sondas y otros dispositivos médicos como mascarillas y cinta adhesiva también pueden poner presión en áreas del cuerpo como tus oídos y cuello.

Esta presión constante bloquea el flujo de sangre en la piel y causa daño al tejido.

Lo que puede empezar como un área pequeña de irritación, con el más pequeño daño, puede rápidamente convertirse en una herida grande que incluye músculo, tejido y hueso.

Estas heridas pueden ser dolorosas, sanar lentamente y conducir a infecciones severas.

Si la bacteria o microbios entran al cuerpo a través de la herida por presión, la bacteria puede infectar tu sangre e infectar tus órganos, causando una complicación grave llamada "septicemia".

Estas complicaciones pueden retrasar tu recuperación y alargar tu estancia en el hospital.

Para prevenir estas complicaciones, tu equipo médico va a usar la escala de Braden, para evaluar tu riesgo de desarrollar heridas por presión.

Corres mayor riesgo de desarrollar heridas por presión si: eres de edad avanzada; tienes problemas de salud que afectan tu circulación, incluyendo diabetes; no eres capaz de cambiar tu cuerpo de posición con facilidad; tienes sensación reducida o no tienes sensación en partes de tu cuerpo; o estás en cama o una silla por tiempo prolongado.

Si tu profesional médico identifica que corres mayor riesgo de desarrollar heridas por presión, será incorporado un plan de prevención en tu cuidado general.

Las heridas por presión pueden tomar mucho tiempo para sanar. No esperes para tratar una herida dolorosa. En lugar de esto, sigue los pasos necesarios para mantener tu piel sana y prevenir heridas de presión.