

Atención Hospitalaria: Prevención de Heridas por Presión

Si estás en el hospital, centro de rehabilitación, o un centro de asistencia, tal vez pases más tiempo de lo normal en una cama o en una silla, mientras sanas y te recuperas.

Estar en una posición por demasiado tiempo, pone partes de tu cuerpo en riesgo de heridas por presión.

Las heridas por presión se pueden formar en cualquier momento y en cualquier lugar donde haya presión constante en el cuerpo.

Esta presión puede originarse de cosas como tubos o de otros dispositivos médicos, sábanas o hasta el colchón.

Una herida por presión -o tal vez hayas escuchado que le dicen llaga de cama - es dolorosa, difícil de tratar y toma mucho tiempo para que sane.

Las heridas por presión son una gran preocupación para tu equipo médico.

Es por esto, que mientras estés bajo su cuidado, harán todo lo posible para prevenirlas.

Las partes huesudas de tu cuerpo -como los codos, escápulas, cadera, y talones - corren más riesgo de tener heridas por presión.

Pero tu equipo médico hará mucho para protegerte.

Van a revisar tu piel para notar si tiene algún cambio, como calor o enrojecimiento.

El equipo médico mantendrá limpia tu piel y usará vendajes o cremas para protección y comodidad.

El equipo médico va a mover tubos o dispositivos médicos para que ninguna parte de tu cuerpo descansa sobre estos por mucho tiempo.

Y van a eliminar los dispositivos por completo en cuánto no sean médicamente necesarios.

El equipo médico también se va a asegurar de que tienes una nutrición saludable y bebes bastantes líquidos.

La buena nutrición ayuda a que tu piel esté lo más sana posible.

A lo largo de tu hospitalización, alguien del equipo médico ayudará a que te muevas en la cama y te motivará a moverte lo más posible.

Se quieren asegurar de que cambias de posición con frecuencia.

Si estás en una silla o silla de ruedas, ayudarán a cambiar tu posición las veces necesarias.

Y ayudarán a que te levantes para aliviar todo el peso de tu cuerpo.

Tal vez usen cabestrillos, almohadas, o protectores de talones para aliviar la presión.

Este programa es solo para fines informativos. El editor se deslinda de cualquier garantía, con respecto a la exactitud, integridad o idoneidad de este video para la toma de decisiones médicas. Para todo asunto relacionado con la salud, por favor consulte a su profesional médico.



Atención Hospitalaria: Prevención de Heridas por Presión

Tu equipo médico tendrá maneras especiales de levantarte y moverte en la cama.

Tal vez utilicen sábanas especiales, por ejemplo.

Aún con todo el cuidado que tenga tu equipo médico para protegerte, tú te conoces mejor que nadie.

Usa el botón de ayuda o habla con alguien del equipo si algo -como un tubo o una arruga en la sábana - te está molestando.

Y avísale al equipo médico si te sientes incómodo o si alguna parte de tu cuerpo te duele, aunque no duela mucho.

Tal vez tengas el inicio de una herida por presión y la notes antes de que cause un problema.

Llama si notas cualquier cambio en tu piel.

Estos cambios incluyen enrojecimiento, calor o un área que esté adolorida.

Habla con tu equipo médico si necesitas ayuda para cambiar posiciones o para lavarte o secarte.

Están capacitados para cuidarte en cualquier situación.

Está bien si pides ayuda, aunque te de pena hacerlo.

Esto puede parecer demasiado en qué pensar mientras te recuperas.

Pero si sabes que el equipo médico está capacitado y enfocado en prevenir heridas de presión, esto puede ayudar.

Y si tuvieras alguna duda o preocupación, puedes llamar al equipo médico cuando quieras.