

Medidas de alívio de pressão

Existem vários materiais que podem ser utilizados na prevenção de úlceras 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. É necessário efectuar cuidados de higiene e conforto anteriormente descritos.

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.

UNIDADE DE SAÚDE FAMILIAR DE VALONGO



Prevenção de Úlceras de Pressão



Trabalho elaborado por:

Enf. M^a José Neves revisto Fevereiro 2010

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;
- ⇒ Boa nutrição e Hidratação;



Áreas de risco

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

- região sacro
- região trocântérica / crista ilíaca
- região isquiática
- região escapular
- região occipital
- cotovelos
- calcâneos
- malelos



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 iritem a pele

