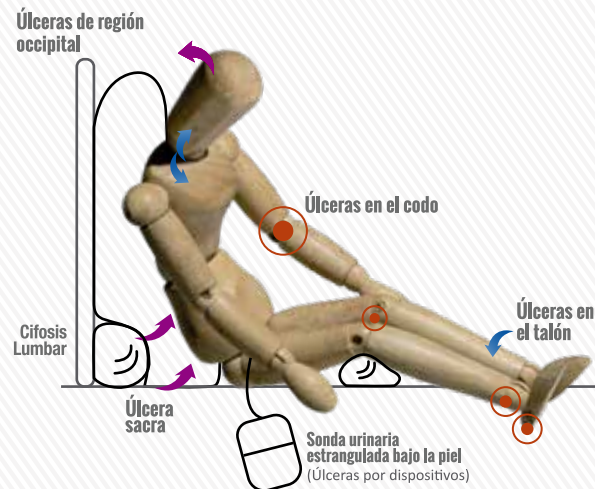


¿Qué posiciones hay que evitar?



- **Utilice** protectores cutáneos y/o ácidos hiperoxigenados.
- Alimentación balanceada.
- Hidratación adecuada.
- **Evite** que el paciente postrado use cierre, botones.
- **Cama limpia**, evite restos de alimentos.



¿Eres familiar o acompañante?
Acogemos tu compromiso de cuidar a nuestros pacientes en la prevención de las úlceras por presión y mejorar la calidad de vida de nuestros asegurados.

El Servicio de Enfermería de EsSalud brinda un cuidado humanizado y trabaja por la prevención y reducción de esta "Epidemia bajo las sábanas".

Estamos para ¡cuidarte!



PREVENCIÓN DE ÚLCERAS POR PRESIÓN (UPP)



Cuidar es amar



Oficina de Gestión de la Calidad y Humanización.
Gerencia de Seguridad del Paciente y Humanización de la Atención.

EsSalud
Estamos a tu servicio

EL PERÚ PRIMERO

¿Qué son las úlceras por presión (UPP)?

Son lesiones que se desarrollan en la piel o debajo de ella, causadas por una presión que se mantiene en una misma posición durante un tiempo prolongado.

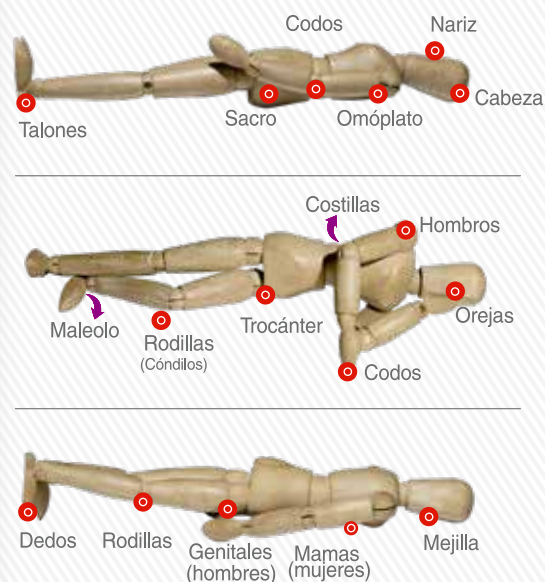


¿Por qué se producen?

- **Presión:** cuando el peso del cuerpo aprieta los tejidos entre la cama y el hueso.
- **Fricción:** al subir al paciente hacia la cabecera arrastrándolo.
- **Cizallamiento:** cuando el paciente está sentado y se va resbalando poco a poco.
- **Humedad:** la incontinencia urinaria y/o fecal, constituyen factores de riesgo para las lesiones dérmicas.



¿Dónde aparecen?



¿Cómo se previene las UPP?

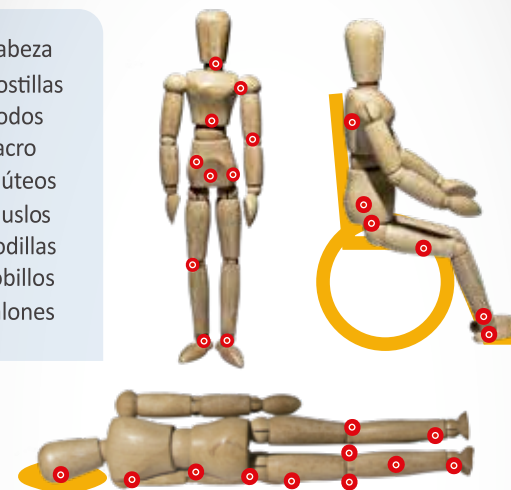
- Para el baño del paciente utiliza agua tibia y jabón de glicerina y realiza el secado minucioso sin fricción.
- Utiliza dispositivos de alivio de presión (almohadas, taloneras y protectores de la piel).



Jabón de glicerina

Zona de riesgo que debemos cuidar

- Cabeza
- Costillas
- Codos
- Sacro
- Glúteos
- Muslos
- Rodillas
- Tobillos
- Talones



- Realiza cambios frecuentes a pacientes postrados cada dos horas y a pacientes sentados cada hora.
- Mantén las sábanas limpias, secas y sin arrugas.
- Realiza cambios de pañal cada 2 horas.
- Evita el uso de alcohol y talco sobre la piel.
- Evita el uso de cojines tipo anillo (Donut), dificulta la circulación.
- Utiliza cremas hidratantes si el paciente tiene la piel seca.