

	PROCOLO DE HIGIENE PERSONAL DEL PACIENTE
Fecha: MAYO 2014	P03.11

Modificaciones respecto a la anterior edición		
Revisión general del protocolo anterior		
Elaborado:	Revisado	Aprobado:
Personal auxiliar de la Comisión de Cuidados	Dirección de Enfermería	Dirección de Enfermería

1 Definición

Conjunto de actividades dirigidas a proporcionar el aseo corporal y comodidad del paciente; incluye los procedimientos de higiene y limpieza de la superficie corporal y mucosas externas.

2 Objetivos

- Satisfacer las necesidades de higiene y confort del paciente durante su hospitalización, y tratar de ofrecerle buenos hábitos de higiene para el futuro
- Mejorar la calidad de vida de la persona que lo recibe
- Recoger datos que permitan visualizar el estado general del paciente, así como el estado de su piel
- Activar la circulación sanguínea
- Establecer una relación con el paciente, alentándolo a ser tan independiente como le sea posible
- Evitar las enfermedades de la piel más comunes, manteniendo una adecuada higiene de la piel del paciente

	PROCOLO DE HIGIENE PERSONAL DEL PACIENTE
Fecha: MAYO 2014	PO3.11

3 Material necesario

- Agua a temperatura adecuada
- Toallas (Si se realiza lavado de cabeza se llevarán 2 dos toallas)
- Pijama o camisón

3.1 Material a aportar por el paciente

- Esponja
- Peine
- Cepillo de dientes
- Dentífrico
- Jabón
- Colonia
- Crema Hidratante

3.2 Para el paciente encamado además

Explicar al paciente lo que se le va a hacer, así como la importancia y necesidad de realizar una buena higiene, pidiéndole su colaboración.

Respetar la intimidad del paciente, cerrando la puerta de la habitación, aislándolo cuando esté en la sala común o efectuando el aseo en cuarto de baño siempre que sea posible.

Evitar corrientes de aire.

Comprobar que el agua tiene la temperatura adecuada.

	PROCOLO DE HIGIENE PERSONAL DEL PACIENTE
Fecha: MAYO 2014	PO3.11

No someter al paciente a un aseo prolongado cuando el paciente se encuentre fatigado.

Actuar con rapidez pero sin precipitaciones.

4 Procedimiento (paciente encamado)

4.1 Precauciones

- Comprobar que la temperatura del agua es la adecuada
- Tener especial precaución en el manejo de pacientes portadores de sistemas intravenosos u otros dispositivos.
- Durante todo el procedimiento, mantener la puerta y la ventana cerradas, proteger la intimidad del paciente y procurar que no esté destapado innecesariamente.

4.2 Material

- Guantes desechables
- Palangana con agua templada
- Esponjas desechables con y sin jabón
- Toalla
- Crema Hidratante
- Ropa limpia para paciente (pijama, camisón...) y para la cama

	PROTOCOLO DE HIGIENE PERSONAL DEL PACIENTE
Fecha: MAYO 2014	P03.11

4.3 Preparación del paciente

- Informarle del procedimiento a realizar
- Adecuar la altura de la cama y colocar al paciente en posición adecuada
- Fomentar la colaboración del paciente en la medida de sus posibilidades

4.4 Preparación del personal

Lavado higiénico de manos

Guantes desechables

Importante llevar uno o dos pares de guantes extra por si los que están usando se rompen

4.5 Técnica

Lavarse las manos y colocarse los guantes

Desnudar al paciente (procurar dejar expuesta solo la parte del cuerpo que se vaya a lavar, a ser posible, volviéndola a tapar inmediatamente después, para preservar la intimidad del paciente.

Realizar el lavado siguiendo un orden desde las zonas menos contaminadas, hacia las más contaminadas

Cara (sólo con agua), orejas y cuello

Extremidades superiores (Brazos, manos y axilas)

Torax y abdomen (poniendo especial atención en la región submamaria, área umbilical y espacios interdigitales)

Extremidades inferiores (piernas y pies). Poniendo especial atención en el área inguinal, huecos poplíteos y espacios interdigitales.

Genitales y periné; lavar desde el pubis hacia el periné sin retroceder.

DESECHAR ESPONJA

Continuar con una esponja nueva por la parte posterior del cuello, espalda, glúteos muslos y región anal.

Con el paciente en decúbito lateral, enrollar la sábana bajera longitudinalmente hacia el centro de la cama e irla sustituyendo progresivamente por la limpia.

Aplicar crema hidratante con un ligero masaje, hasta su total absorción.

Terminar de hacer la cama con ropa limpia y poner al paciente el pijama o camisón.

En pacientes con vía periférica, sacar el camisón por el brazo que no tiene la vía; a la hora de colocar el camisón o pijama limpio, comenzar por el brazo que tiene vía periférica

- Cambiar el agua cuantas veces sea necesario
- Garantizar un lavado, aclarado y secado minucioso
- Poner especial a los pliegues cutáneos

Zonas que requieren especial atención

Axilas: Especial atención por la posible irritación, absteniéndose de poner polvos

Debajo de las mamas: Especial atención a los pliegues mamarios, por posibles irritaciones y agrietamientos

Ombiligo: Limpieza minuciosa por posibles restos de suciedad

Genitales: Tanto en el hombre como la mujer dejar realizar el aseo en ambos casos si el paciente es capaz de efectuarlo; si no realizar el aseo con minuciosidad, por la proliferación de gérmenes, limpiando primero el periné y después el ano

Pies: Realizar el aseo poniendo especial atención en los espacios interdigitales, observar posibles durezas, grietas, o rojeces; poner atención a posibles uñas encarnadas y pacientes con diabetes.

Manos: Fomentar el autocuidado del paciente en el aseo de sus manos, siempre que sea posible. Lavar las manos siempre que entren en contacto con genitales, orína, heces.....

Nariz y ojos: Realizar el lavado en el caso de los ojos desde la cuenca interna hacia la externa, para no obstruir el drenaje de la glándula lacrimal; poner especial atención en pacientes comatosos, cuya limpieza de fosas nasales y ojos se realizará con una gasa y suero fisiológico

Cabello: Imprescindible peinar o cepillar el cabello una vez al día, preferiblemente coincidiendo con el aseo. Deberá lavarse la cabeza al menos una vez por semana

Higiene de la boca: Después de las comidas y cuantas veces sea necesario.

- Preparar en un vaso la solución antiséptica bucal
- Si el paciente lleva prótesis dental extraíble, retirarla para realizar la limpieza
- Inclinar la cabeza del paciente hacia un lado
- Preparar una torunda y mojándola en el líquido antiséptico, proceder a la limpieza de la boca (paladar, lengua, cara interna de los carrillos, encías y dientes)
- Secar los labios y zona peribucal, lubricándolos con vaselina

Prótesis dentales: Sumergirlas 10 o 15 minutos en clorhexidina, aclarar con abundante agua y proceder a su colocación

Lavado de cabeza: Se realizará como mínimo una vez a la semana.

- Adecuar la cama a la altura necesaria
- Agua a temperatura adecuada

- Retirar el cabecero de la cama
- Colocar al paciente en decúbito supino con la cabeza en ligera hiperextensión (si fuera posible) al borde de la cabecera de la cama
- Desnudar al paciente, si fuera necesario, de cintura para arriba y cubrirle con una sábana o entremetida
- Extender un hule desde la espalda del paciente hasta el interior de la palangana
- Colocar una toalla o entremetida entre el hule y la espalda y cuello del paciente para evitar que se moje el cuerpo
- Echar poco a poco el agua, hasta que se empape todo el cabello
- Aplicar el champú masajeadando ligeramente el cuero cabelludo
- Aclarar el pelo con abundante agua
- Secar el pelo con una toalla o secador si lo hubiere

Lavado de la cara:

- Retirar la ropa de la cama, dejando al paciente cubierto con la sábana encimera hasta las axilas
- Utilizar una de las esponjas para el lavado de cara, cuello y orejas
- Si se aplica jabón tener mucho cuidado de verterlo en los ojos por posibles irritaciones
- Aclarar
- Secar con la toalla

	PROTOCOLO DE HIGIENE PERSONAL DEL PACIENTE
Fecha: MAYO 2014	PO3.11

Lavado de miembros superiores:

- Utilizar el mismo material que para la cara
- Lavarle las manos introduciéndolas en la palangana, si es posible y haciendo hincapié en zonas interdigitales y uñas
- Aclarado y secado de las mismas
- Lavado de antebrazo, brazo y axila; aclarado y secado
- Comenzar si el aseo lo realizan dos TCE (técnicos en cuidados de enfermería) por el brazo contrario al lugar en que se esté realizando el aseo.

Lavado de tronco:

- Descubrir al paciente hasta la zona perineal
- Utilizar el mismo material que en el apartado anterior, realizando el lavado, haciendo hincapié en las zona debajo de las mamas y ombligo
- Reservar ese material para el lavado de espalda

Lavado de extremidades inferiores:

- Cambiar el material: agua, esponja y toallas
- Cubrir tronco con sábana encimera
- Descubrir las piernas y proceder a su lavado, poniendo especial atención a las ingles, huecos poplíteos, espacios interdigitales y uñas

	PROCOLO DE HIGIENE PERSONAL DEL PACIENTE
Fecha: MAYO 2014	PO3.11

Lavado de genitales:

- Colocar las rodillas flexionadas y en rotación externa (siempre que sea posible)

Mujeres:

- Lavar la zona con la esponja jabonosa, de arriba abajo, limpiando cuidadosamente labios y meato urinario
- Aclarar con abundante agua eliminando los restos de jabón
- Secar minuciosamente

Hombres

- Lavar los genitales con esponja jabonosa retirando el prepucio para garantizar un lavado minucioso de glande y surco balanoprepucial
- Aclarar hasta eliminar todo resto de jabón
- Secar
- Colocar el prepucio, para evitar edema de glande o parafimosis

Lavado de espalda:

- Colocar al paciente en decúbito lateral o en bandeja, si su patología así lo requiere, valiéndose de la sábana o entremetida si la tuviera
- Coger agua limpia a temperatura adecuada y utilizar el material reservado anteriormente
- Proceder al lavado de espalda, aclarado y secado
- Lavado, aclarado y secado de la zona glútea de arriba abajo
- Lavado de ano, aclarado y secado

	PROCOLO DE HIGIENE PERSONAL DEL PACIENTE
Fecha: MAYO 2014	P03.11

- Aplicar crema hidratante (si fuera posible) masajeando la espalda para favorecer la circulación sanguínea
- Cambiar la sábana bajera
- Volver al paciente hacia el otro lado y realizar el mismo procedimiento
- Colocar camión o pijama
- Tapar al paciente y dejarle en posición cómoda

5 Ducha del paciente no encamado

- Valorar el grado de dependencia del paciente, para facilitar la ayuda o supervisión durante el procedimiento
- Recomendarle medidas de seguridad, para prevenir caídas accidentales y recordarle la existencia del timbre por si precisa solicitar ayuda
- Facilitarle el material necesario y comprobar que la ducha está en las debidas condiciones de higiene y seguridad

Se facilitará a todo paciente que se valga por sí mismo el material necesario para su aseo corporal

 <p>Fundación Hospital de Jove</p>	PROCOLO DE HIGIENE PERSONAL DEL PACIENTE
Fecha: MAYO 2014	PO3.11

PARA RECORDAR.....

- 1- La puesta en orden se debe realizar antes y después de realizar el procedimiento
- 2- Siempre se debe respetar la intimidad del paciente
- 3- Las zonas que no están siendo aseadas deben permanecer cubiertas
- 4- Se debe vigilar que la temperatura del ambiente sea la adecuada para realizar el procedimiento
- 5- El personal que realiza el procedimiento debe tener en cuenta la edad del paciente, el estado neurológico, cual es el grado de dificultad que presenta el paciente para realizar su propio autocuidado y el grado de movilidad
- 6- Se debe recordar siempre que la higiene se realiza de la zona menos contaminada a la más contaminada, para evitar contaminar zonas que no lo están
- 7- El personal que realiza el procedimiento debe siempre aplicar las normas de la mecánica corporal para evitar así lesiones innecesarias