



**Nombre de la alumna:**

**Litzi Liliana Roblero Morales**

**Nombre del profesor:**

**Alfonso Velázquez Pérez**

**Nombre del trabajo:**

**Ensayo “Úlcera por presión”**

**Materia:**

**Enfermería Gerontogeriatrica**

**Grado:**

**6° cuatrimestre**

**Grupo: “A”**

## Introducción

En este ensayo me concentraré en explicar el tema de la ulcera por presión, cuales son las causas, como se puede prevenir, los síntomas de advertencia para detectar una ulcera, cuales son las zonas que frecuentemente afecta, los principales factores contribuyentes y los factores de riesgos, como también, explicare las complicaciones que ocurre por las úlceras por presión y algunos consejos como de reposicionamiento: en una cama o una silla:

- Cambia el punto de apoyo del peso con frecuencia. Si usas una silla de ruedas, intenta cambiar el punto de apoyo del peso cada 15 minutos. Solicita ayuda para reposicionarte alrededor de una vez por hora.
- Si puedes, levántate. Si tienes suficiente fuerza en la parte superior del cuerpo, haz flexiones en la silla de ruedas: levanta el cuerpo del asiento empujándote de los brazos de la silla.
- Busca una silla de ruedas especial. Algunas sillas de ruedas pueden inclinarse, y esto puede aliviar la presión.
- Escoge almohadones o un colchón que alivien la presión. Usa almohadones o un colchón especial para aliviar la presión y asegurarte de que el cuerpo esté bien posicionado. No uses almohadones con forma de rosquilla ya que pueden centrar la presión en los tejidos circundantes.
- Ajusta la elevación de la cama. Si la cama puede elevarse en la parte de la cabeza, súbela hasta 30 grados. Esto ayuda a prevenir el cizallamiento.

Y para el cuidado de la piel: Considera las siguientes sugerencias para el cuidado de la piel:

- Mantén la piel limpia y seca. Lávate la piel con un limpiador suave y sécala con golpecitos. Realiza esta rutina de limpieza de forma regular para limitar la exposición de la piel a la humedad, la orina y las heces.
- Protege la piel. Usa talco en polvo puro para proteger la piel en los puntos de fricción. Aplica una loción sobre la piel seca. Cámbiate la ropa y reemplaza las sábanas con frecuencia, de ser necesario. Presta atención a los botones en la ropa y las arrugas en las sábanas que puedan irritar la piel.
- Inspecciona la piel a diario. Examina la piel a diario y con detenimiento en busca de signos de úlceras de decúbito.

## Desarrollo

Las úlceras por presión son una lesión de origen esquemática localizada en la piel o tejido subyacente y esto es por permanecer mucho tiempo en una sola posición, esto afecta más que nada donde los huesos están más cerca de la piel, como son en los tobillos, los talones y las caderas por ello ocurren infecciones graves que pueden poner la vida en peligro, los signos de advertencia que puede presentar una persona y de poder detectar una úlcera por presión serían: cambios inusuales en el color o la textura de la piel, hinchazón, drenaje similar al pus, una región de la piel que se siente más fría o cálida al tacto que otras y zonas sensibles. Las úlceras por presión de decúbito se clasifican por estadios: estadio I, estadio II, estadio III y estadio IV pero según su profundidad y gravedad, pero de tal forma que el grado de daño de la piel y los tejidos, varía desde piel intacta roja hasta lesiones profundas que afectan el músculo y el hueso, por lo que en una persona que esté en sillas de ruedas las zonas que afectan frecuentemente son: en los glúteos, escápulas y columna vertebral, y en la parte trasera de los brazos y piernas donde se apoyan en contacto con la silla, una de las causas de presentar úlcera por presión de decúbito es porque la presión contra la piel que limita el flujo sanguíneo a ella. Por lo tanto existen tres principales factores que contribuyen a ello como es: la Presión que al estar en constante en cualquier parte del cuerpo puede disminuir el flujo sanguíneo a los tejidos, como sabemos que el flujo sanguíneo es esencial para transportar oxígeno y otros nutrientes a los tejidos y sin estos nutrientes esenciales, la piel y los tejidos cercanos se dañan, la Fricción, es cuando la piel roza con las prendas de vestir o la ropa de cama y provocar que la piel frágil sea más vulnerable a las lesiones, Rozamiento, se produce cuando la cabecera de una cama está elevada, pueda deslizarse hacia abajo en la cama y a medida que el coxis se mueve hacia abajo, la piel sobre el hueso puede quedar en el mismo lugar, y así haciendo tracción en sentido contrario. Los factores de riesgo que puede presentar una persona por las úlceras por presión sería la inmovilidad, pérdida de percepción sensorial, nutrición e hidratación deficientes y enfermedades que afectan el flujo sanguíneo por lo que surgen complicaciones y que algunas pueden poner en riesgo la vida como: la celulitis, infecciones óseas y articulares, cáncer y septicemia pero las úlceras de decúbito se puede prevenir como cambiar de posición cada dos horas para evitar la tensión sobre la piel, cuidarse bien la piel, mantener una buena alimentación y un consumo adecuado de líquidos, dejar de fumar, controlar el estrés y hacer ejercicio a diario, o también si ya una paciente presenta úlcera por presión hacerle la curación de la herida y estar pendiente de ella en todo momento así

como también se tomara en cuenta la recomendaciones relacionadas con el reposicionamiento en una cama o una silla: se cambia el punto de apoyo del peso con frecuencia, levanta el cuerpo del asiento empujándose de los brazos de la silla, escoge almohadones o un colchón que alivien la presión y ajusta la elevación de la cama y las recomendaciones para el cuidado de la piel es: de mantener la piel limpia y seca, proteger la piel e Inspeccionar la piel a diario con detenimiento en busca de signos de úlceras de decúbito como personal de enfermería debemos de saber cómo poder actuar de manera correcta y rápido ante un paciente que presenta ulcera por presión ya que esto solo se ve en los pacientes que están hospitalizados por la razón que algunos pacientes están encamados por mucho tiempo.

## Conclusión

Espero que con este breve ensayo les ayude a conocer y a saber más sobre las úlceras por presión para que así como personal de enfermería debamos hacer ante un paciente que se encuentre hospitalizado ayudarles a prevenir las (UPP) o también ayudarles a curar la lesión de manera correcta y segura ya que esto es un grave problema sanitario por lo que como enfermera tenemos una gran responsabilidad dentro de nuestro rol, pero en algunos casos podemos salvarles de la infección o hasta pueden perder la vida ante estas (UPP) pero todo queda en nuestras manos porque es nuestra responsabilidad como enfermeros de cuidar y proteger a nuestros pacientes.

## Bibliografía

- Gutiérrez-Robledo, L. M., La salud de los mexicanos: implicaciones para la salud del envejecimiento de la población en México. En: Ruiz de Chavez M, Vazques C, eds., La salud de los mexicanos en el siglo XXI: un futuro con responsabilidad de todos, México: Funsalud, 2005.
- García González, J., García Peña, C., Franco Marina F., Gutiérrez Robledo, L. M., A frailty index to predict the mortality risk in a population of senior Mexican adults, BMC Geriatrics, 2009, 3;9:47.
- Dorantes-Mendoza, G., Ávila Funes J.A., Mejía Arango, S., Gutiérrez Robledo, L. M., Factores asociados con la dependencia funcional en las personas mayores: un análisis secundario del Estudio Nacional sobre Salud y Envejecimiento en México, Revista Panamericana de Salud Pública, 2007;22(1):1–11.