

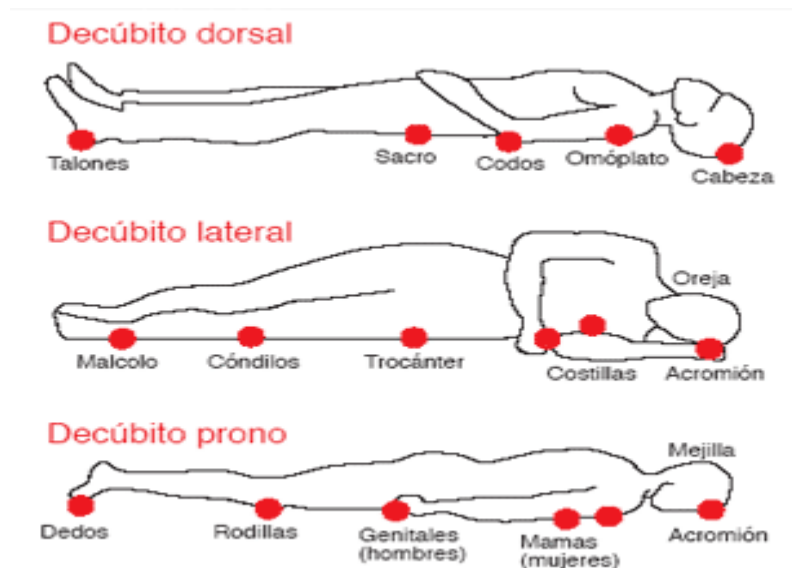
## RECOMENDACIONES PARA UN PACIENTE ENCAMADO

**¿QUÉ ES? Un encamado** Es el paciente dependiente para cualquier actividad básica (alimentación, higiene y movilidad).

**OBJETIVO:** Proteger al paciente de posibles complicaciones derivadas de su inmovilidad.

### CUIDADOS GENERALES

- Examine el estado de la piel al menos una vez al día, prestando especial cuidado en las prominencias óseas (Sacro, Talones, Codos, Tobillos, etc.), zonas expuestas a la humedad (por incontinencia, secreciones, etc.) y la presencia de sequedad, rozaduras, etc.



### PROMINENCIAS OSEAS EN LAS DISTINTAS POSICIONES

- Mantenga en todo momento la piel limpia y seca.
- Utilice jabones neutros.
- Lave la piel con agua tibia, aclare y realice un secado meticuloso, sin friccionar, con especial atención a los pliegues cutáneos.
- No utilice sobre la piel ningún tipo de alcohol (colonias).
- Aplice crema hidratante, procurando su completa absorción.

- No realice masajes directamente sobre prominencias óseas ( sacro, talones, codos, tobillos, etc....)
- Utilice lencería de tejidos naturales.
- Controle el exceso de humedad (incontinencia, transpiración excesiva), con pañal, si es necesario cambiando este en cada deposición o cuando lo necesite, al menos 3 o 4 veces al día.
- Proteja la piel con productos de barrera que no contengan alcohol (óxido de zinc, pasta lasar).
- Realice cambios posturales cada 2-3 horas, teniendo presente lo siguiente:
  - Evite en lo posible apoyar directamente al paciente sobre alguna lesión.
  - Evite el contacto directo entre prominencias óseas (rodillas, talones, etc.), utilizando para eso almohadas.
- Cuando el paciente esté sentado se efectuarán movilizaciones cada hora, si él pudiera realizarlo de forma autónoma enseñe al paciente a cambiar de postura cada 15 minutos.
- No utilice soportes de forma de rueda o flotadores.
- No elevar la cabecera de la cama a más de 30º, si no hubiera contraindicación médica.
- Mantenga al paciente bien hidratado con al menos 2 litros de agua al día, si no existe contraindicación médica.
- Si presenta problemas de deglución, puede emplear espesantes y gelatinas.
- Si no toma una dieta completa, consultar con su médico la posibilidad de dar suplementos proteicos.

### **OBSERVE**

- Revise la piel a diario.
- No permanecer tumbado en la misma posición, más de 3 horas, y sentado más de 1 hora.
- Si aparecen zonas enrojecidas en la piel.
- Si no toma una dieta completa.
- Si no puede administrar agua para mantener hidratado al paciente.

**PÓNGASE EN CONTACTO CON SU ENFERMERA/MÉDICO**