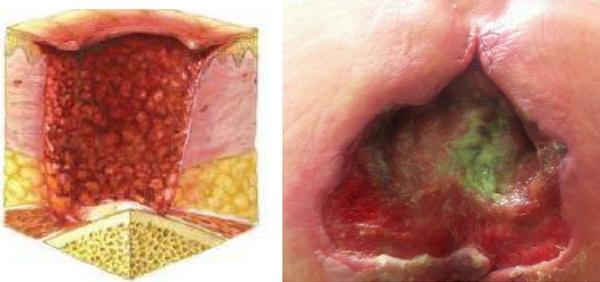


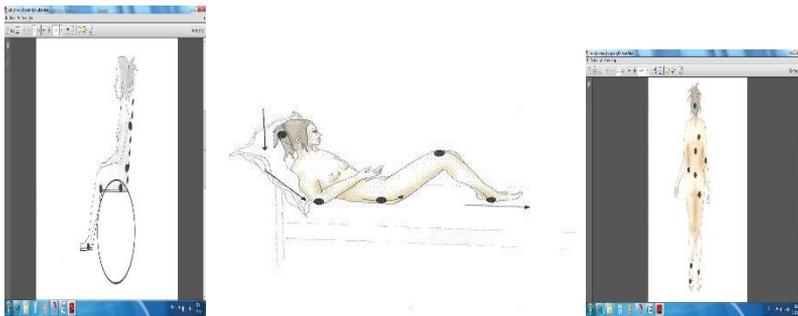
# ***ESCARAS,***

# ***ULCERAS DE PRESION***

# ***“UNA COMPLICACIÓN SERIA”***



## **Como prevenir las**



## **Alternativas de tratamiento**

*Dr. Leandro Orozco Nodarse*  
*Especialista en Medicina Física y Rehabilitacion*

Noruega  
06.05.2021

## Contents

[FRECUENCIAS DE APARICIÓN](#)

[CONSECUENCIAS DE VIVIR CON ESCARAS](#)

[Definición y Categorías/Clasificación](#)

[COMO Y PORQUE SE PRODUCEN](#)

[Áreas del cuerpo mas expuestas.](#)

[Influencia de otros factores para su desarrollo.](#)

[En pacientes con lesiones medulares:](#)

[Como se que tengo una lesión por presión,](#)

[Ejemplos.](#)

[Cómo evitarlas](#)

[Los pies y tobillos están expuestos](#)

[Recomendaciones](#)

[Edema - retención de líquidos](#)

[Medidas a tomar](#)

[Consecuencias del sobrepeso o bajo-peso](#)

[Algunas medidas para la prevención:](#)

[Prevención de escaras acostados .](#)

[Prevención en posición sentado](#)

[Recomendaciones sobre Higiene](#)

[Algunas ayudas técnicas de movilidad para hacer más fácil la vida diaria.](#)

[Consejos prácticos de ropa y calzado](#)

[Algunos materiales que no recomendamos.](#)

[Tratamiento](#)

## FRECUENCIA DE APARICIÓN

- Entre 100-150 personas en Noruega tienen lesiones de la médula espinal cada año.
- Hasta un 70% de éstos padecen escaras durante el primer año de la lesión.
- En una investigación de Estados Unidos, se estimó que el 85% de las personas con lesión de la médula espinal desarrollarán úlceras por presión (escaras) en el curso de su vida.
- En 2014 había 110 pacientes hospitalizados con escaras en nuestro departamento.

## CONSECUENCIAS DE VIVIR CON ESCARAS



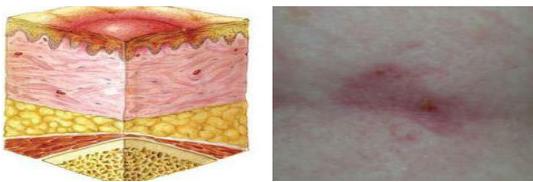
### Definición

Las escaras, llagas o úlceras de presión son lesiones en la piel y/o tejidos más profundos por presión sobre una prominencia de hueso y/o rozamientos o fricción de fuerzas cortante entre los diferentes tejidos.



### Hay 4 Categorías:

1 Piel intacta, enrojecimiento que no desaparece cuando se presiona con el dedo.



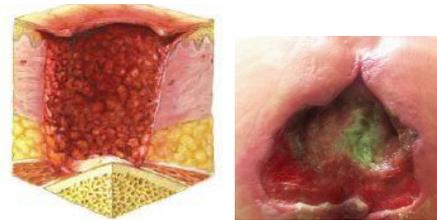
2 Pérdida parcial de la capa externa de la piel. Llaga/lesión color rosa, o ampolla de sangre



3 Pérdida de la piel (epidermis). La grasa debajo de la piel puede verse. Huesos, tendones y músculos no están afectados.

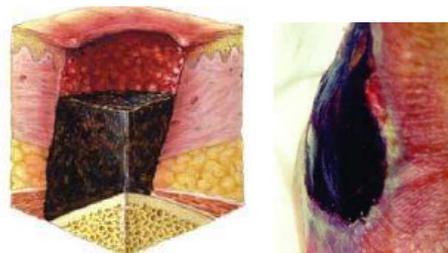


4 Pérdida marcada de tejidos con hueso, tendón o músculo afectados.

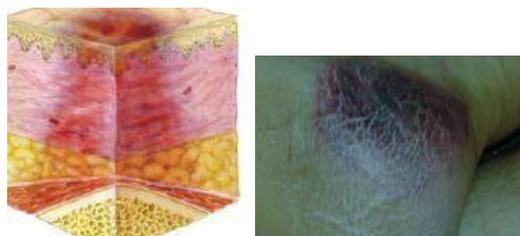


### OTRAS:

a.-No clasificables



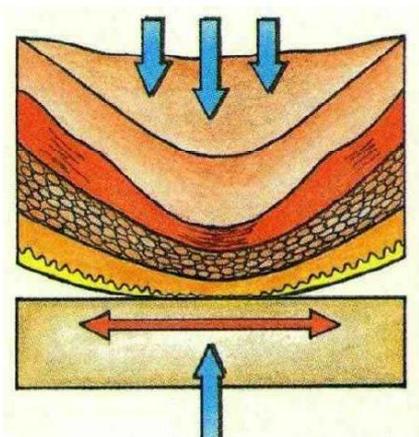
b.- Sospecha de lesión complicada de desconocida profundidad.



## COMO Y PORQUE SE PRODUCEN

1-Por presión sobre la superficie de la piel contra una protuberancia de hueso, provocando reducción en la oxigenación de los tejidos por la compresión.

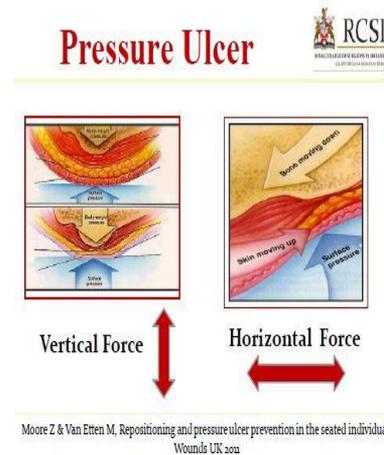
### Protuberancia de Hueso



### Superficie Dura

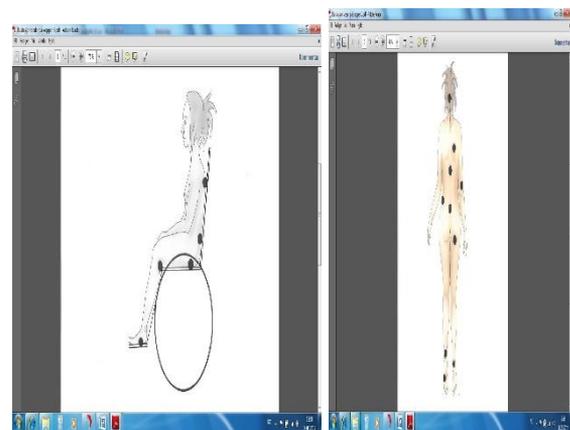
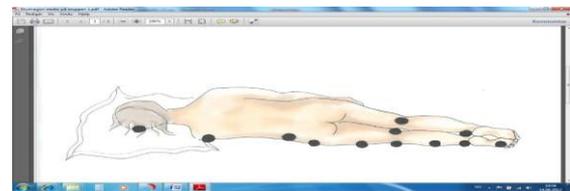
2. La piel y otros tejidos se desplazan entre si en distintas direcciones rompiendo pequeños vasos sanguíneos y dañando el

## área. Vista del efecto de fricción



3-También las lesiones mecánicas o golpes directos que causan la muerte del tejido.

### Áreas del cuerpo mas expuestas.



### Influencia de otros factores para su desarrollo.

- Personas que viven solas
- Bajo o sobrepeso

- Personas con lesiones medulares.
- Falta o inadecuados medios técnicos de ayuda.
- Edad avanzada( Piel menos elástica)
- Fumador(mala circulación)
- Antecedentes de escaras
- Otras enfermedades (diabetes, etc)
- Mala nutrición, higiene, alcohol, etc.
- Falta de conocimientos del paciente/ personal de salud.

***En los pacientes con lesiones medulares:***

- Falta o reducción de la sensibilidad de la piel.
- Reducción del nivel de actividad física y del metabolismo en general.
- Falta de control anal y de orinas.
- Cambios en la presión arterial y la circulación.
- Espasticidad, rigidez, espasmos.
- Reducción de la masa muscular.
- Falta de buena regulación de la temperatura.

**Como se que tengo una lesión por presión, escara.**

- Marca roja en la piel que no desaparece después de 30-45 minutos de haberla liberado de la presión.
- La piel puede estar dura y caliente.
- Lesiones de color lila o azul oscuro indican lesiones profundas.
- Usar espejos para ver uno mismo las lesiones.



## TAN RAPIDO PUEDE SUCCEDER

Ejemplos:



- Reacción a un vendaje/crema, mas humedad en la zona.



- Largo tiempo sentado con ropa humeda (orine).



- Faja o Corsé muy apretado.



- Sentado largo tiempo con pañales sucios.



- Durmió sobre un colchón duro una noche.



- Sentado varias horas esperando en urgencias!

Para evitarlas:

- Revisar la piel dos veces al día.
- Atento a cualquier signo de cambio en la piel.
- Puntos duros, cambios de color, marcas rojas, hinchazón, ampollas, roturas en la piel o moretones.
- Vigilar de cerca los cambios y evitar cualquier presión o contacto en la zona.

Recuerda : “! LO QUE SE VE EN LA PIEL ES MINIMO RESPECTO A LA LESION DENTRO !”

- Contactar a el/la asistente personal o al centro de salud mas cercano.

### Los pies y tobillos están expuestos



#### Recomendamos:

- Medias/compresión
- Calzado adecuado
- Posa pies protegidos
- Adecuada posición del pie
- Tapicería protectora en el cuadro de la silla
- Correas fijadoras.

#### **Edema - retención de líquidos**

Algunos sufren de retención de líquidos en los pies que conduce a un mayor riesgo de úlceras:



#### **Medidas:**

- Uso de medias de compresión.
- Ejercicios con los pies activo/pasivo.
- Evitar calcetines elásticos apretados-

- Reposar con los pies levantados al mismo nivel que la altura del corazón.

### Consecuencias del sobrepeso o bajo-peso

#### *Sobre peso*

- Actividad reducida.
- Peso extra( aumenta la presión y disminuye la circulación en los puntos de apoyo).
- El tejido adiposo(grasa) tiene mala circulación.

#### *Bajo peso*

- Reducción de la condición física general .
  - Falta de apetito -.
  - Riesgo de deficiencias.
- Menos relleno entre el hueso y la piel que se presiona.

**Recuerda que todo cambio de peso requiere adaptación de los equipos de ayuda que utilizas.**

#### **Algunas medidas para la prevención:**

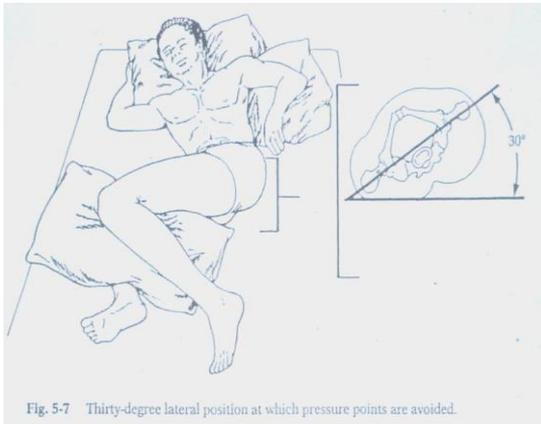
- Mantener la piel sana con alimentación adecuada:
- Uso de proteínas ,vitaminas (A,C,E, D), Hierro, Zinc, etc.
- Evitar el tabaco (mascado o fumado). **La nicotina reduce**

el aporte de oxígeno a los tejidos.

- Uso de colchones estáticos adaptado o con cambios de presión a intervalos.

### **Prevención de escaras acostados .**

- Cambios de posición frecuentes.
- Régimen de giro de 30 grados lateral.



### **Prevención en posición sentado**

Cambios aliviando el apoyo (4 en una hora, mínimo)



Con silla eléctrica:



Algunas ayudas técnicas de movilidad para hacer más fácil la vida diaria.

- Correcta selección del cojín o almohadón de sentarse.

Recordar que no somos simétricos en la postura, o sea distribuir el volumen del almohadón en las áreas de

menor y mayor apoyo. Esto para una uniforme distribución del peso.

Estabilidad, facilidad para desplazarse sobre el, altura respecto a la silla de rueda y distancia al posa pies.

- ALMOHADONES CON CAPACIDAD DE DISTRIBUCIÓN DE LA PRESIÓN



- AIRE ,GEL/ESPUMA/ACEITE, PRESIÓN ALTERNATIVA, ETC.



- Un promedio de 13 – 40 desplazamientos diarios.
  - Cama – sillas de ducha/wc
  - Cama – silla de ruedas.
  - Silla de ruedas – asiento del auto
  - Silla de ruedas - silla/sillón/sofá /suelo

LAS AYUDAS TÉCNICAS DE MOVILIDAD PUEDEN HACER MAS FÁCIL LA ACTIVIDAD DIARIA.



- Bandeja de desplazamiento
- Deslizantes de tela de barco
- Sábanas deslizantes.
- Protección de ruedas.
- Camas de altura regulable
- Elevadores.



AJUSTE/REEMPLAZAR LOS EQUIPOS

- Ajuste/adaptación individual de la silla de rueda, y la forma de sentarse.
- Ajuste/adaptación individual de los almohadones de apoyo, de acuerdo a los puntos de presión. Limpieza periódica de todos los instrumentos.
- Adecuado almohadón de la silla de ducha/wc
- Aprender sobre el uso correcto de las ayudas técnicas.

## HIGIENE

- Higiene general común y especial con la ropa interior.
- Atención especial al lavado de los forros y de los almohadones
- DUCHA/BAÑO



- Tiempo necesario
- Evitar la humedad, secado cuidadoso .
- Cuidar en los desplazamiento .
- Piel desnuda.

- Silla de ducha e inodoro.



Ergonomisk spesial myksete  
Ekstra mykt:  
1631259 Ocean, Ocean XL,  
Ocean Vip, Ocean Vip  
XL, Ocean Dual-Vip



## Consejos prácticos de ropa y calzado

- Evitar costuras, telas duras, botones, bolsillos y remaches en los pantalones (vaqueros)
- Usar Seda\Lana\Fibra de Bambú
- Paños higiénicos\pañales.
- Calzado adecuado y suave.
- Control permanente sobre los corset, cierres, correas.



- Ropa de invierno.

## Recomendamos no usar:

- Aros inflables de goma
- Guantes de limpieza del hogar.
- Pielés sintéticas

## TRATAMIENTO

1.- DIAGNOSTICO CORRECTO Y GRADO DE LA LESION

2.- DOCUMENTACION ESCRITA Y FOTO SEMANAL: (EL PACIENTE DEBE VER LA LESION CON AYUDA DE ESPEJOS Y SEGUIRLA)

VALORAR EL TEJIDO, INFECCION, HUMEDAD Y BORDES / FONDO.

FOTO Y MEDIDAS DE LARGO ANCHO Y PROFUNDIDAD

FACTORES DE RIESGO DEL PACIENTE, DE LA LESION Y DEL MEDIO

3.- DECIDIR QUE TRATAMIENTO Y:

.- LIMPIAR LA LESION CON AGUA POTABLE CORRIENTE 1-2 MINUTOS.

.- LAS FISTULAS Y HENDIDURAS CON CLORURO DE SODIO TIBIO (IGUAL AGUA CON SAL ESTERIL HECHA EN CASA)

### ALGUNOS MEDICAMENTOS A USAR

.- POLIHEXAMIDA (ANTIBACTERIANO NO TOXICO NEUTRAL PH, EFECTIVO PARA PSEUDOMONAS Y ESTAFILOCOCO DORADO)

.- HIDROGEL (ELIMINA LA NECROSIS Y CONSERVA LA HUMEDAD DE LA LESION)

.-NITRATO DE PLATA AL 0.5%(ANTISÉPTICO Y REDUCE LA

HIPERGRANULACION) USAR CORTOS PERIODOS.

.- ACETATO (EFECTIVO PARA LAS PSEUDOMONAS)

.- IODO (EFECTIVO PARA PSEUDOMONAS Y ESTAFILOCOCO DORADO. TOXICO PARA LAS CELULAS) USO LIMITADO.

.- PERMANGANATO DE POTASIO. SOLO PARA LAS ÚLCERAS CON EXUDADO EN LAS PIERNAS.

.- MIEL DE ABEJA: ANTIBACTERIANO LOCAL, (DISUELVE LA FIBRINA Y EL TEJIDO NECROTICO. MANTIENE LA HUMEDAD Y REDUCE EL MAL OLORES). PUEDE REDUCIR EL TIEMPO DE CICATRIZACION.

### ALGUNOS VENDAJES:

.-HIDROFIBRAS (AQUACEL) Y ARGINATOS , ABSORBEN SECRECIONES Y SE CONVIERTEN EN GEL .

.-HIDROCOLOIDES

### ENTRE OTROS TRATAMIENTOS

TERAPIA CON PRESIÓN NEGATIVA.(VACUUM )

-INCREMENTA LA CIRCULACION SANGUINEA EN EL AREA.

-REDUCE EL EDEMA Y ELIMINA EXUDADOS.

-ESTIMULA LA GRANULACION

- AYUDA A LA CONTRACCION DE LA ULCERA
- REDUCE LA COLONIZACION BACTERIANA

**D**EBE ESTAR INDICADO Y CONTROLADO POR UN ESPECIALISTA.

**C**ONTRAINDICACIONES:

- NECROSIS SEVERAS
- OSTEOMIELITIS NO CONTROLADA.
- FISTULAS A OTROS ORGANOS
- RIESGOS DE HEMORRAGIAS
- CERCANIA A OTROS ORIFICIOS.

- ✓ **C**ONTROLAR CONSECUENCIAS DE LA INCONTINENCIA Y HUMEDAD
- ✓ **D**EJAR DE FUMAR/NICOTINA
- ✓ **M**ANTENER LA TEMPERATURA.
- ✓ **A**CTUALIZAR LOS PLANES DE ASISTENCIA/AYUDA
- ✓ **C**ONTROLAR LOS DÉFICIT DE NUTRICIÓN.

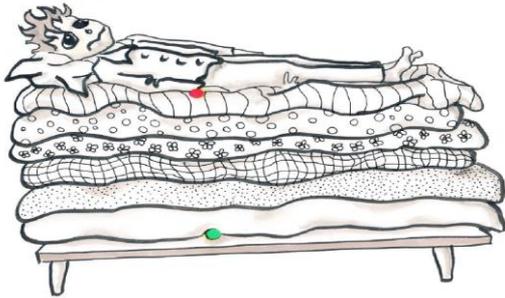
**P**ARA TENER EXITO EN LA CURA DE LA LESION HAY QUE:

- ✓ **I**DENTIFICAR LAS CARACTERISTICAS
- ✓ **E**STABLECER EL PLAN ADECUADO
- ✓ **D**OCUMENTAR EL DESARROLLO
- ✓ **E**LIMINAR AL **100%** LA CAUSA EL ROCE O PRESION SOBRE ELLA.
- ✓ **P**LAN DE CAMBIOS DE POSICION
- ✓ **C**UIDADO DIARIO DE LA PIEL

## RESUMEN

LAS ESCARAS PUEDEN EVITARSE  
SI DESCUBRES UNA MARCA ROJA:

- Aliviar la zona afectada en forma inmediata y todo el día.
- Encuentra y elimina la causa.
- Recuerda cambiar de posición en la cama y en la silla.



## RECUERDA

- Piel
- Superficies de apoyo
- Girar
- Incontinencia / humedad
- Alimentación