



LA PIEL

Cuidado y prevención

La piel no habla pero nos hace saber cuándo necesita nuestra atención

1

Prevención como tratamiento

El 92% de las heridas se pueden evitar si se tiene un buen cuidado de la piel.

2

Y ¿cómo prevenimos?

La piel nos protege ante infecciones, cambios de temperatura, agresiones. Cuando la piel pierde sus funciones hablaremos de “piel frágil”. Es entonces cuando tenemos que: OBSERVAR, VALORAR, DECIDIR, ACTUAR

3

Observación y valoración

Se debe tener especial atención en: zonas de presión (talones, codos, rodillas...) y zonas de riesgo de humedad (sacro, glúteos, genitales). Ante el envejecimiento de la piel (eritema no blanqueable) ¡ya estamos ante una lesión!

4

Productos

El lavado de la piel frágil debe hacerse con jabones de pH 5,5 y secar sin friccionar.

Las cremas corporales deben ser emolientes y/o hidratantes y debemos asegurarnos de su completa absorción.

5

Higiene/Hidratación

Crema hidratante: en piernas, brazos.

Crema barrera: en zonas de humedad.

Ac grasos: en zonas de presión, sin masaje vigoroso.

No mezclar crema barrera con ac grasos, no aumentan eficacia sino la humedad.