

Cuidado de la piel de un niño con movilidad limitada

(Skin care for a child with limited mobility)

¿Por qué es importante el cuidado de la piel?

Pueden producirse lesiones por presión si su hijo está inmovilizado (no puede moverse libremente) por cualquier motivo.

- Una presión excesiva sobre la piel durante demasiado tiempo puede provocar lesiones por presión. La presión provoca una pérdida de flujo sanguíneo en la zona, lo que puede causar la muerte de parte de la piel.
- El cuidado adecuado de la piel y el alivio de la presión (cambios de posición) pueden ayudar a prevenir las lesiones por presión.

¿Dónde se producen las lesiones por presión?

Las lesiones por presión:

- Pueden ocurrir en cualquier zona del cuerpo.
- Pueden ocurrir bajo dispositivos médicos, como férulas, yesos, vías o drenajes.
- Tienden a causar más problemas en las zonas óseas del cuerpo. Esto incluye:
 - Cráneo y orejas
 - Hombros y omóplatos
 - Codos
 - Caderas
 - Espalda baja y coxis
 - Rodillas
 - Espinillas, tobillos y talones

¿Cuáles son los posibles síntomas?

Su hijo puede tener los siguientes síntomas:

- Enrojecimiento de la piel que no desaparece 30 minutos después de retirar la presión.
- Cambio en color o en la temperatura de la piel (más caliente o más fría que otras zonas cercanas)
- Irritación en la piel, como cortes, llagas o ampollas

¿Cómo puedo ayudar a disminuir el riesgo de lesiones por presión?

El médico de su hijo le hablará sobre la atención médica específica que necesita. En las páginas siguientes encontrará algunas pautas para disminuir el riesgo de lesiones por presión.

Cuidado de la piel	• Revise la piel de su hijo 2 veces al día o cuando lo vista y desvista. – Compruebe si hay algún signo de irritación, como:
--------------------	---

En caso de una emergencia o si tiene una inquietud urgente, llame al 911 o vaya inmediatamente a la sala de emergencias más cercana.

Cuidado de la piel de un niño con movilidad limitada, continuación

	▪ Enrojecimiento ▪ Llagas ▪ Ampollas ▪ Erupciones ▪ Hinchazón ▪ Hematomas ▪ Piel seca – Observe con mucha atención, especialmente sobre las zonas óseas y en los pliegues y dobleces. – Si su hijo es más grande, puede revisarse la piel con un espejo de mango largo. • Mantenga la piel de su hijo limpia y seca. • Para prevenir la sequedad de la piel: – Utilice cremas y lociones. – Evite el uso de jabones y polvos «antibacterianos» a menos que el médico lo indique. • Preste atención a lo siguiente: – Asegúrese de que su hijo no use ropa ajustada ni tejidos ásperos. – Lave los pantalones de mezclilla nuevos antes de usar. – Asegúrese de que las cremalleras, botones y broches no rocen la piel de su hijo. • Mantenga las sábanas limpias y secas. Tenga cuidado con las arrugas, las migas, los juguetes pequeños y los dispositivos médicos que puedan hacer presión sobre la piel. • Proteja los pies de su hijo con medias y zapatos. Asegúrese de que los zapatos no sean demasiado pequeños ni le aprieten. • Mantenga las uñas de los pies cortas y rectas para evitar las uñas encarnadas. • Si su hijo usa una silla de ruedas, asegúrese de que la revisen después de que le operen los músculos o los huesos. Tal vez se deba ajustar la silla de ruedas.
Movimiento	• Su hijo debe moverse con frecuencia. – Anímelo a moverse y cambiar de posición al menos cada 15 o 30 minutos cuando esté sentado. – Cuando descansa en la cama, haga que se dé vuelta y mueva su cuerpo al menos cada 2 horas. – Asegúrese de que se mueva al menos cada 4 horas mientras duerme (o con la frecuencia que le indique el médico). – Si su hijo no puede moverse por sí solo, ayúdele a cambiar de posición siguiendo este mismo horario. • Si su hijo utiliza una silla de ruedas:

En caso de una emergencia o si tiene una inquietud urgente, llame al 911 o vaya inmediatamente a la sala de emergencias más cercana.

Cuidado de la piel de un niño con movilidad limitada, continuación

	– Debe cambiar el peso de su cuerpo al menos cada 15 o 30 minutos. Puede hacerlo de las siguientes maneras: ▪ Levantando el cuerpo con ayuda de los brazos y manteniéndose elevado durante al menos 15 segundos. ▪ Desplazando el peso de un lado a otro, inclinarse hacia delante o reclinando la silla para aliviar la presión. – Utilice una silla de ruedas y un cojín del tamaño adecuado. • Mientras su hijo está en la cama: – Utilice almohadas o piel de oveja para ayudar a acolchar las zonas óseas y ayudar a mantener una buena posición corporal. – Colóquelo de manera que los talones queden elevados y no apoyados sobre el colchón. • Evite que su hijo permanezca sentado en el inodoro por más de 15 minutos seguidos. • Enséñele a mantener una buena postura al sentarse para evitar la presión sobre el cóccix. • Cuando mueva o traslade a su hijo: – Evite la fricción y los golpes en las piernas y los pies. – Si utiliza una tabla de transferencia, asegúrese de que su hijo esté vestido o aplique talco a la tabla para evitar la fricción y las quemaduras por roce.
Otro tipo de ayuda	• Dele a su hijo una dieta saludable y asegúrese de que tome bastantes líquido según indique el médico. Una buena nutrición la ayudará a mantener la piel sana. • Los adolescentes no deben fumar ni beber alcohol. Su consumo puede disminuir el flujo sanguíneo a la piel y aumentar la probabilidad de problemas cutáneos.

¿Qué ocurre si mi hijo tiene una pérdida de sensibilidad (sensación) en parte del cuerpo?

Existe una probabilidad aún mayor de problemas en la piel si su hijo tiene una pérdida de sensibilidad en alguna parte del cuerpo. Siga estas pautas de seguridad:

- Maneje los líquidos calientes con mucho cuidado.
 - Nunca deje que su hijo lleve líquidos calientes en su regazo.
 - Verifique la temperatura del agua antes de que se bañe.
- Evite utilizar almohadillas eléctricas, mantas eléctricas u otros tipos de dispositivos de calor en las partes del cuerpo con menor sensibilidad.
- En días calurosos:
 - Cubra los asientos calientes del coche con mantas o cojines.

En caso de una emergencia o si tiene una inquietud urgente, llame al 911 o vaya inmediatamente a la sala de emergencias más cercana.

Cuidado de la piel de un niño con movilidad limitada, continuación

- No coloque objetos, como un cuaderno o un bolso, entre la piel de su hijo y el asiento del coche.
- Cubra la piel de su hijo con ropa y utilice protección solar cuando esté al aire libre.
- Procure que su hijo no tenga demasiado calor para evitar que sude.
- En días fríos:
 - Vista a su hijo con ropa abrigada.
 - Asegúrese de que no permanezca demasiado tiempo al aire libre para prevenir lesiones por congelación.

¿Cuándo debo llamar al médico?

Llame al médico de su hijo **de inmediato** en estos casos:

- Observa enrojecimiento o cambio de color en la piel que no desaparece en los 30 minutos siguientes a que se retire la presión.
- Observa los siguientes signos de irritación en la piel:
 - Llagas
 - Ampollas
 - Erupciones
 - Hinchazón
 - Hematomas
- Tiene alguna pregunta o preocupación respecto a la piel de su hijo.

Esta hoja informativa contiene solo información general. Hable con el médico de su niño o con uno de los integrantes de su equipo de atención médica sobre el cuidado específico para él.

En caso de una emergencia o si tiene una inquietud urgente, llame al 911 o vaya inmediatamente a la sala de emergencias más cercana.