

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 síntomas posibles?

Su niño puede tener uno o más de los síntomas siguientes:

- 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 cutánea, como rotura de la piel, llagas o ampollas

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

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

Cuidado de la piel	<ul style="list-style-type: none">• Revise la piel de su niño dos veces al día o cuando lo vista y desvista.<ul style="list-style-type: none">– 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

	<ul style="list-style-type: none">▪ Enrojecimiento▪ Llagas▪ Ampollas▪ Erupciones▪ Hinchazón▪ Hematomas▪ Piel seca <ul style="list-style-type: none">– Mire con mucha atención, especialmente sobre las zonas huesudas y en los pliegues y dobleces.– Si su hijo es lo suficientemente mayor, podrá revisarse la piel utilizando un espejo de mango largo. <ul style="list-style-type: none">• Mantenga la piel de su niño limpia y seca.• Para ayudar a prevenir la sequedad de la piel:<ul style="list-style-type: none">– Utilice cremas y lociones.– Evite el uso de jabones y polvos "antibacterianos" a menos que se lo aconseje el médico.• Asegúrese de hacer lo siguiente:<ul style="list-style-type: none">– Asegúrese de que su hijo no use ropa ajustada ni tejidos ásperos.– Lave los pantalones de mezclilla nuevos antes de que su hijo se los ponga.– 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 migajas, los juguetes pequeños y los dispositivos médicos que puedan ejercer presión sobre la piel.• Proteja los pies de su hijo con calcetines 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 utiliza una silla de ruedas, asegúrese de que la revisen después de que le operen los músculos o los huesos. Puede que sea necesario ajustar la silla de ruedas.
Movimiento	<ul style="list-style-type: none">• Su hijo debe moverse a menudo.<ul style="list-style-type: none">– Mueva y desplace su peso al menos cada 15 o 30 minutos cuando estén sentados.– Cuando descansa en la cama, gire y mueva su cuerpo al menos cada dos horas.– Mientras duerme, asegúrese de que se mueva al menos cada cuatro horas (o según le aconseje el médico).– Si su hijo no puede moverse por sí mismo, utilice este mismo horario para moverlo y girarlo.

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

	<ul style="list-style-type: none">• Si su hijo utiliza una silla de ruedas:<ul style="list-style-type: none">– Su hijo debe cambiar de peso en la silla de ruedas al menos cada 15 o 30 minutos. Su hijo puede:<ul style="list-style-type: none">▪ Empujar el cuerpo hacia arriba con los brazos y mantenerse así durante al menos 15 segundos.▪ Cambiar su peso de lado a lado, inclinarse hacia delante o reclinarse en la silla para aliviar la presión.– Utilice una silla de ruedas y un cojín adecuados.• Mientras su hijo está en la cama:<ul style="list-style-type: none">– Utilice almohadas o piel de oveja para ayudar a acolchar las zonas huesudas y mantener el cuerpo en una buena posición.– Acomódelo con los talones fuera del colchón.• Asegúrese de que su hijo no se siente en el retrete durante más de 15 minutos seguidos.• Enséñelo a adoptar una buena postura al sentarse para evitar la presión sobre el coxis.• Cuando mueva o traslade a su hijo:<ul style="list-style-type: none">– Evite roces y golpes en las piernas o pies.– Si utiliza una tabla de transferencia, asegúrese de que su hijo está vestido o empolve la tabla para evitar roces y quemaduras.
Otro tipo de ayuda	<ul style="list-style-type: none">• Dele a su niño una dieta saludable y asegúrese de que tome bastantes líquidos según lo indique su médico. Una buena nutrición ayuda a mantener la piel sana.• Los adolescentes deben evitar fumar y beber alcohol. Hacerlo puede disminuir el flujo sanguíneo a la piel y causar una mayor 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 parte del cuerpo. Siga estas pautas de seguridad adicionales:

- Tenga cuidado con los líquidos calientes.
 - Nunca deje que su hijo lleve líquidos calientes en el regazo.
 - Pruebe el agua del baño antes de que entre.
- Evite utilizar almohadillas eléctricas, mantas eléctricas u otros tipos de calor en las partes del cuerpo que tengan menos 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 niño con ropa de abrigo.
 - Asegúrese de que no permanezca demasiado tiempo al aire libre para ayudar a prevenir las lesiones por congelación.

¿Cuándo debo llamar al médico?

Llame al médico de su niño **de inmediato** si:

- Observa cualquier enrojecimiento o cambio de color de la piel que no desaparezca en los 30 minutos siguientes a que se retire la presión.
- Observa signos de irritación en la piel, como:
 - Llagas
 - Ampollas
 - Erupciones
 - Hinchazón
 - Hematomas
- Si tiene alguna pregunta o preocupación respecto a la piel de su niño.

Esta hoja educativa 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.