

Ficha de datos



Servicios de Atenciones a la Salud De la División de Discapacidades del Desarrollo

Úlceras de presión / llagas de cama

Ficha de información de la salud # 12

Úlceras de presión o llagas de cama: heridas en vivo que se forman cuando se aplica presión a la piel por largos periodos de tiempo. La presión hace que el flujo de sangre se disminuya, así como que el tejido de la piel, al igual que, a veces, otros tejidos bajo la piel se mueran y se despeguen.

Las directrices de las fichas de datos se proporcionan como información en general, no para sustituir los tratamientos de los médicos.

Ciertos datos sobre úlceras de presión o llagas de cama:

- Las llagas de cama se les dice también úlceras de presión, decúbitos y/o llagas de presión.
- Estas heridas se forman porque la presión permanece en ciertos puntos de la piel – sobre todo sobre áreas de huesos – e interrumpe el suministro sanguíneo. Entones, la piel dañada se muere y se desprende paulatinamente.
- Las llagas de cama vivas pueden permitir que las bacterias penetren al torrente sanguíneo y causar infección grave.

Factores de riesgo (alertas):

Reconocer las condiciones siguientes le ayudará a percatarse de riesgos posibles:

- personas mayores y ancianas
- que la persona no pueda moverse sin ayuda
- mala nutrición
- mal influjo de líquidos o deshidratación
- males crónicos (tal como la diabetes)
- infecciones
- lesiones
- usar pulseras o yesos
- extremidades rojizas e hinchadas con líquido (edema)
- fricción
- humedad
- mala circulación

De qué estar pendiente:

- cambio de color de la piel (*áreas rojizas o ennegrecidas*)
- piel resquebrajada
- dolor o molestias
- áreas de la piel desprendiéndose

¿Qué hacer? / prevención

- Determine y esté al tanto de los miembros con los riesgos anteriores: revise sus pieles por si tuvieran enrojecimiento o cambio de color.
- Los miembros que se pasen mucho tiempo encamados deberán moverse del costado derecho a su espalda y al costado izquierdo cada dos (2) horas o con hasta más frecuencia, según se recomiende para cada miembro.
- Cambie de posición a los miembros que estén en sillones de ruedas cada treinta (30) minutos.
- Mantenga buena nutrición e influjo de líquidos.
- Humedezca la piel reseca.
- Evite frotar con fuerza o vigorosamente al bañar, secar o poner loción.
- Evite arrastrar o jalar al mover a las personas (evite la fricción); levántelos.
- Mantenga la piel limpia y seca; la piel húmeda se puede dañar más fácilmente.

Temas candentes - úlceras de presión o llagas de cama



Prevención:

- *Determine* qué miembros están en riesgo – por ejemplo, los que necesiten ayuda para su movilidad (para darse vuelta, trasladarse y demás).
- *Movilidad limitada* – A los miembros que se pasen todo o la mayor parte del tiempo encamados o en una silla habrá que voltearlos o cambiarlos de posición cada dos (2) horas o con mayor frecuencia, según se recomiende para cada persona.
- *Sillón de ruedas* – A los miembros que usen sillones de ruedas para su movilidad habrá que cambiarlos de posición cada treinta (30) minutos.
- *Salud y nutrición* – La buena nutrición e hidratación (suficientes líquidos) ayuda a mantener la piel y el flujo sanguíneo sanos.
- *Humedezca la piel* – La piel reseca y resquebrajada es más propensa a descomponerse; humedezca la piel con frecuencia.
- *Atenciones delicadas* – Evite frotar o raspar con aspereza al dar baños y al atender en general. Siempre levante a los miembros con cuidado sin jalarlos ni arrastrarlos sobre las sábanas y demás superficies.

Indicaciones de llagas de cama posibles:

- Síntomas más comunes:
 - Cambio de color de la piel – rojiza, blanquecina o áreas costrosas ennegrecidas
 - Piel en vivo, incluso desprendiéndose: la rabadilla y otras áreas cerca de los huesos (tobillos, caderas, paletillas y demás) están más propensas a riesgo de desarrollar úlceras de presión o llagas de cama.
 - Dolor o molestia: revise con la vista cualquier área en la que tal miembro tenga dolor o molestia.

Qué hacer:

¿Si sospechara que alguien tuviera una llaga de cama o área de presión?

- Llame al o a la doctor(a) para sacar cita. Si tal doctor(a) encontrara una úlcera de presión o llaga de cama, se pudieran redactar órdenes para lo siguiente:
- *atenciones de la piel*
 - medicamentos, cremas, lociones y/o vendajes
 - tipo y duración de tratamiento
 - enfermero/a al hogar con especialidad en heridas o de clínica de heridas (*si hiciera falta*)
- *nutrición:*
 - alimentación por sonda gástrica o dieta especial
 - tipo, cantidad y frecuencia de alimentación por sonda gástrica o suplementos
 - bebidas especiales, vitaminas o suplementos
- *equipos y suministros*
 - cojines especiales, botas, colchones y/o camas de hospital
 - sondas gástricas, vendajes, cinta adhesiva, cremas y lociones, y demás artículos según hagan falta
- *¡Llame a su coordinador(a) de apoyo del DDD y a su enfermero/a de distrito!*
 - Su enfermero/a de distrito, en conjunto con su coordinador(a) de apoyo, evaluará los factores de riesgo y formulará un plan de intervención para sanar la úlcera de presión actual y evitar que vuelvan a ocurrir nuevas úlceras de presión.

En emergencias:

- Llame inmediatamente al 9-1-1 si sucediera cualquiera de las siguientes condiciones:
 - falta de resuello
 - sangrar
 - pérdida del conocimiento
 - incapacidad de moverse
 - confusión nueva
 - dolor excesivo

Medidas de acción:

- Llame al o a la doctor(a) de tal miembro para sacar cita siempre que sospeche que hubiera úlcera de presión o llaga de cama, así como un área en la que pudiera estar surgiendo una.
- Insista en sacar cita entre 3 a 5 días – no al mes o en el próximo examen.
- Después de la cita, ponga en vigor inmediatamente toda cita de seguimiento o tratamiento recomendado.
 - Canalizaciones (referidos) a especialista o clínica de heridas
- Recomendaciones sobre nutrición y líquidos, incluso consultas con nutriólogos si se ordenara
 - *Atenciones especiales de la piel* – Comience inmediatamente a cumplir todas las recomendaciones y órdenes, incluso lociones, cremas, vendajes, cojines u otro equipo especial, tal como colchones.
- Avísele a su coordinador(a) de apoyo y/o a su enfermero/a de distrito de la DDD cuando se detecte una úlcera de presión o llaga de cama

Ficha de datos sobre úlceras de presión y llagas de cama #12. Serie de fichas de datos con información de la salud Servicios de Atenciones a la Salud de DDD Emitida en julio del 2013.

Revisada y evaluada en abril del 2025.