

10

Recomendaciones claves para **prevenir UPP**

Si Braden ≤ 16 :

1. Valorar la piel al ingreso y diariamente identificando lesiones, eritema, edema o exceso de humedad, tanto en prominencias óseas como en zonas con dispositivos clínicos.

2. Ante eritema no blanqueante (identificado por palpación o diascopia) extremar las medidas preventivas y la vigilancia



3. Lavar la piel con jabón neutro, aclarar, secar sin friccionar (por empapamiento) e hidratar.

4. Proteger la piel expuesta a humedad excesiva con productos barrera (por ejemplo, cremas a base de óxido de Zinc).

5. Aplicar ácidos grasos hiperoxigenados en zonas sometidas a presión. Extender sin masajear.

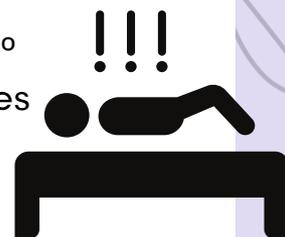


6. Situar a la persona sobre una superficie especial de manejo de la presión, estática o dinámica en función del riesgo. Tanto cuando permanezca acostada como sentada.

7. Realizar cambios posturales cada 4 horas. No superar los 30° en las lateralizaciones para no someter a presión los trocánteres

8. No elevar el cabecero más de 30° para evitar concentrar la presión en sacro/coxis/glúteos.

9. Aliviar la presión en los talones mediante apósitos de espuma de poliuretano y/o colocando dispositivos bajo las pantorrillas.



10. Evaluar el estado nutricional (MNA) y ante estados de riesgo o desnutrición, desarrollar un plan nutricional completo.

