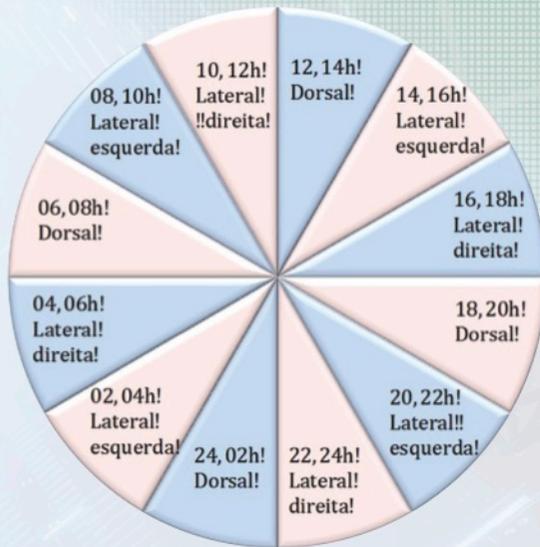


## I. Relógio de controle de mudança de posição na cama



## II. Apoios na Posição Lateral e Posição Dorsal



Governador  
**Omar Aziz**

Vice-Governador  
**José Melo**

Reitor  
**Cleinaldo de Almeida Costa**

Vice-Reitor  
**Raimundo de Jesus Teixeira Barradas**

Pró-Reitor de Ensino de Graduação  
**Luciano Balbino dos Santos**

Pró-Reitora de Pós-Graduação e Pesquisa  
**Maria Paula Gomes Mourão**

Pró-Reitor de Extensão e Assuntos Comunitários  
**Carlossandro Carvalho de Albuquerque**

Pró-Reitora de Planejamento  
**Fabiana Lucena de Oliveira**

Pró-Reitor de Administração  
**Marcos André Ferreira Estácio**

“A pele cobre tudo  
Pele de veludo  
Pele é a roupa natural  
(e a mais legal)  
A pele nela revela quem você é  
Da ponta da cabeça  
Até a pele da ponta do pé.  
...”

Jair de Oliveira

## Prevenção de úlcera por pressão: orientação para cuidadores

Prof<sup>a</sup> Selma Perdomo

Prof<sup>a</sup> Sibila Osis

Prof<sup>a</sup> Walterlânia Brandão

Acadêmicas:

Kélia Monteiro

Lívia Colares

Thayla Barbosa



## Úlcera por pressão

A **úlcera por pressão** é uma lesão na pele (também chamada antigamente de "escara") que ocorre em pacientes, principalmente nos acamados. Ela aparece por diversos fatores e pode prolongar a hospitalização e complicar o estado geral do paciente. Os locais mais comuns de aparecer este tipo de lesão são na região sacral (nas costas na altura do quadril), nos calcanhares e também na cabeça, mas pode acontecer em outras regiões (orelhas, escápulas, ombros, lateral do quadril, joelhos). A seguir indicaremos **10 cuidados** que devem ser observados e auxiliam a **evitar** que a **úlcera por pressão** apareça.

### 10 Cuidados para evitar a úlcera por pressão:

**1.** Mudar a posição do paciente na cama pelo menos a cada duas horas, se não houver contraindicação. O relógio na parte de trás deste folheto auxiliará no controle de tempo e posição.

**2.** Manter lençóis bem esticados, secos e sem migalhas ou qualquer objeto que possa machucar a pele.

**3.** Em caso de uso de fralda, esta deve ser trocada sempre que apresentar urina ou fezes. Realizar higiene com água (evitar sabão) e enxugar delicadamente, sem esfregar.

**4.** O colchão em formato de "caixa de ovo" traz conforto ao paciente, porém a mudança da posição deve ser realizada regularmente.

**5.** Inspeccionar diariamente os locais onde podem ocorrer as úlceras por pressão e comunicar imediatamente ao Enfermeiro caso apareça uma mancha vermelha que não desapareça ou a pele escurecer (já é uma úlcera em formação).

**6.** A dieta é muito importante para manter o aporte nutricional para a pele, caso o paciente não aceite deve ser informado ao Enfermeiro e/ou Nutricionista.

**7.** Ao deixar o paciente em posição lateral, colocar um travesseiro nas costas como apoio e outro entre os joelhos.

**8.** A fricção (acontece ao arrastar o paciente na cama) e o cisalhamento (ocorre quando o paciente está sentado e começa a escorregar na cama) causam pequenas lesões na pele. Solicite sempre ajuda da equipe para movimentar o paciente no leito. Ao deixá-lo sentado na cama, evitar subir muito a cabeceira. Elevar as pernas usando travesseiros sob os joelhos impede que ele escorregue.

**9.** Manter a pele hidratada é essencial, porém evite aplicar grande quantidade de hidratante ou óleo e sempre espalhe bem para não deixar a pele úmida.

**10.** Ao deixar o paciente em posição dorsal ("barriga para cima") coloque um travesseiro nas panturrilhas para evitar que o calcanhar fique apoiado no colchão.



### Referências Bibliográficas

1. COMISSÃO DE ASSISTÊNCIA, ASSESSORIA E PESQUISA EM FERIDAS DA SECRETARIA MUNICIPAL DA SAÚDE DE RIBEIRÃO PRETO. Manual de Assistência às Pessoas com Feridas. Ribeirão Preto, 2013. Terceira Edição.
2. WOUND, OSTOMY AND CONTINENCE NURSES SOCIETY. Guideline for prevention and management of pressure ulcers. Mount Laurel: Ratliff CR, Tomaselli N, editors. 2010.
3. NATIONAL INSTITUTE FOR CLINICAL EXCELLENCE. The Prevention and Treatment of Pressure Ulcers. Quick Reference Guide. Nice, London. 2005.

