



A2.2 – Recursos Educativos para Profesores

<<Higiene>>

Módulo: 2

Sub-Módulo: **2.3 Higiene, incontinencia y vestimenta**



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

This project has been funded with support from the European Commission. This publication [communication] reflects the views only of the author, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein. Project N°: 2020-1-PT01-KA203-078360

Introducción

Módulo	2
Sub-módulo	2.3 Higiene, Incontinencia y vestimenta
Lección	#1 Higiene
Duración (minutos)	135
Fecha	

Resultados de la lección

1. Los problemas higiénicos más comunes se dan en el usuario.
2. Evaluación del estado higiénico del usuario, determinación de indicaciones, contraindicaciones, peligros asociados a la realización de actividades higiénicas y asistenciales.
3. Garantizar la seguridad y la intimidad durante las actividades higiénicas y de cuidados
4. Realización de actividades higiénicas y asistenciales teniendo en cuenta el estado del usuario, es decir: cambio de ropa de cama y de vestir, aseo corporal completo en la cama, aseo bucal

Los problemas higiénicos más frecuentes

1. Dificultades" para mantener la higiene corporal debido a una discapacidad física (por ejemplo, apoplejía, enfermedad de Parkinson) o mental (por ejemplo, demencia, depresión).
2. Incontinencia
3. Malos hábitos de higiene

El objetivo del cuidado diario es:

- ✓ mantener la piel limpia
- ✓ prevención de infecciones, inflamación de la piel, úlceras
- ✓ mantener la piel en buen estado, protección contra la sequedad excesiva
- ✓ mejorar el bienestar asegurando una ropa limpia y un aspecto estético

Recomendaciones que seguimos al realizar actividades de higiene

1. Adaptar la forma y la frecuencia de la asistencia a la situación general e individual del usuario (física, mental, psicológica) y, en cierta medida, a su grado de dependencia.
2. Facilitar información sobre las actividades previstas, su evolución.
3. Obtener el consentimiento de los usuarios para realizar actividades higiénicas, por ejemplo, higiene personal, limpieza de la cavidad bucal.
4. Respetar los hábitos y costumbres culturales del usuario.
5. Animar al usuario a cooperar.
6. Proporcionar al usuario condiciones de intimidad.

Recomendaciones que seguimos al realizar actividades de higiene

7. Cuidar de la comodidad y seguridad de los usuarios.
8. Seguir la secuencia de lavado al bañar al usuario.
9. Proteger al usuario del enfriamiento: la temperatura ambiente debe ser de 18-22°C, cerrando ventanas y puertas.
10. Preparación del equipo necesario para realizar el procedimiento.

Recuerda!!!

Lava tus manos antes de iniciar la actividad

Durante el lavado del usuario, puede ocurrir lo siguiente

1. “Enfriamiento” del usuario
2. Fatiga al usuario.
3. Infecciones de la piel y de las mucosas.
4. Contusiones, fracturas como consecuencia de caídas, movimientos bruscos.
5. La incomodidad del usuario por la falta de intimidad a la hora de realizar el aseo personal.
6. Aspiración con agua, colutorio al lavarse los dientes.
7. Mojarse los apósitos, sacar la cánula, vendar la herida.

Dependiendo del estado del usuario, podemos realizar los siguientes procedimientos higiénicos

- ✓ cambio de la ropa de cama cuando la cama está vacía o con el usuario en la cama,
- ✓ cambio de ropa interior personal en un paciente completamente dependiente,
- ✓ baño del usuario en la ducha, en la bañera o en la cama,
- ✓ lavado de la cavidad bucal con un usuario colaborador o completamente dependiente.

El procedimiento de cambio de ropa de cama con el usuario que no puede levantarse de la cama

Estructura de las actividades:

Conocer el estado del usuario y evaluar su grado de autonomía para determinar el alcance de la asistencia que necesitará.

Lavado higiénico de manos

Preparación del equipo y del entorno

Seguir la secuencia de acciones:

cambiar las fundas de las almohadas- poner al usuario de lado- cambiar la sábana- poner al usuario de espaldas- poner la sábana debajo del colchón- cambiar la funda del edredón- ajustar las almohadas

El procedimiento de cambio de ropa de cama con el usuario que no puede levantarse de la cama

RECUERDA!!!!

- ✓ *Velar por la seguridad y comodidad de los usuarios durante el procedimiento.*
- ✓ *Realice las actividades con rapidez y eficacia para minimizar la fatiga del usuario.*
- ✓ *La ropa de cama debe ser de materiales naturales, por ejemplo algodón.*
- ✓ *La sábana debe estar bien estirada, sin arrugas ni restos de comida.*

El procedimiento para lavar al usuario que requiere asistencia

Estructura de las actividades:

Conocer el estado del usuario y evaluar su grado de autonomía para determinar el alcance de la asistencia que necesitará.

- Lavado higiénico de manos
- Preparación del equipo y del entorno
- Seguir la secuencia de acciones:

cepillado de dientes, aseo bucal - afeitado - lavado de ojos y cara - lavado de orejas - lavado de cuello - lavado de pecho - lavado de miembros superiores - lavado de vientre - lavado de espalda - lavado de nalgas - lavado de miembros inferiores - lavado perineal - peinado - limpieza de uñas

El procedimiento para lavar al usuario que requiere asistencia

RECUERDA!!!!

- ✓ *Secar la piel con suavidad, sin frotarla.*
- ✓ *Utilizar preparados hidratantes para restablecer el equilibrio hidrolipídico de la epidermis en caso de piel seca y escamosa.*
- ✓ *Realizar un aseo perineal al menos una vez al día y cada vez que el usuario evacue orina y heces.*
- ✓ *Cubrir las partes del cuerpo lavadas y secas durante el aseo, evitando el riesgo de enfriamiento y manteniendo la intimidad.*
- ✓ *Lavar siempre el perineo desde la sínfisis púbica hasta el ano.*

El procedimiento de lavado bucal del usuario

Estructura de las actividades:

1. Conocer el estado del usuario y evaluar su grado de autonomía para determinar el alcance de la asistencia que necesitará.
2. Lavado higiénico de manos
3. Preparación del equipo y del entorno

Seguir la secuencia de acciones :

1. cepillado de los dientes - lavado del paladar - lavado de la lengua - limpieza de los tejidos entre los dientes y las mejillas y de los espacios interdientales
2. Enjuagarse la boca con agua o preparados de enjuague bucal

Procedimiento de lavado de la cabeza de un usuario

Estructura de las actividades:

1. Conocer el estado del usuario y evaluar su grado de autonomía para determinar el alcance de la asistencia que necesitará.
2. Lavado higiénico de manos
3. Preparación del equipo y del entorno

Seguir la secuencia de acciones:

peinar el cabello del usuario - mojarlo con agua - diluir el champú y aplicarlo al cabello - lavar el cabello del usuario masajeando suavemente el cuero cabelludo - aclarar el champú del cabello - secar el cabello del usuario y peinarlo según sus preferencias

Procedimiento de lavado de la cabeza de un usuario

RECUERDA!!!!

- ✓ *Al aclarar el cabello del usuario, asegúrese de cubrir la cara y las orejas del paciente para evitar que se moje.*
- ✓ *Compruebe que el usuario no es alérgico al champú.*
- ✓ *Cuide de la comodidad del usuario durante el procedimiento.*



GIVINGCARE
Empowering Caregivers

Gracias!

Profesor:

E-mail:

Fecha de la session:

