



GIVINGCARE
Empowering Caregivers

A2.2 – Recursos Educativos para Profesores

<<Incontinencia y Vestimenta>>

Module: 2

Sub-Module: **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	#2 Incontinencia y Vestimenta
Duración (minutos)	90
Fecha	

Resultados de la lección

1. Reglas para la selección de materiales absorbentes/protectores en función de las condiciones de uso.
2. Cambio de pañales y otros materiales absorbentes.
3. Principios de aplicación de la profilaxis y los cuidados antiescaras.
4. Reglas para la selección de la selección de la ropa en función de las necesidades de los usuarios.

Normas para la selección de materiales absorbentes

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

Los productos absorbentes ayudan en la vida diaria de las personas que sufren incontinencia urinaria y/o fecal.

Incontinencia urinaria y/o fecal - definición

- La incontinencia urinaria es la pérdida involuntaria de orina que tienen una frecuencia y cantidad suficientes como para provocar daños físicos y/o emocionales en la persona que la presenta.
- La incontinencia fecal es la incapacidad de controlar el paso de gases o heces a través del ano.

Tipos de protectores para adultos

Compresas para la incontinencia urinaria

Los “protectores urinarios” son un tipo de productos absorbentes discretos que se utilizan en caso de incontinencia urinaria leve, media y grave.

Por su estructura, se asemejan a los salvaslips o compresas normales y pueden llevarse fácilmente con la ropa interior personal.

Los fabricantes ofrecen productos en muchas variantes a elegir, tanto para mujeres como para hombres, para el día y para la noche, así como en distintos niveles de absorbencia, que se seleccionan en función de la gravedad de la afección.

Tipos de protectores para adultos

Compresas para la incontinencia urinaria

- ✓ Los productos están disponibles para hombres y mujeres. Se ponen como la ropa interior normal, garantizan discreción, se adhieren al cuerpo y no destacan bajo la ropa.
- ✓ La protección la proporciona el producto en la parte central.
- ✓ Están pensadas para el uso diario en lugar de la ropa interior normal. Son duraderas, lo que permite ponérselas y quitárselas varias veces (por ejemplo, al ir al baño).
- ✓ Disponibles en versión desechable y reutilizable. En su versión reutilizable, están disponibles en varios colores y no difieren mucho de la ropa interior normal, al tiempo que proporcionan protección.
- ✓ Los pantalones absorbentes están destinados a personas que caminan, por ejemplo en casa, con incontinencia urinaria de moderada a grave. Son una buena solución para los pacientes que aún no están preparados para usar

Tipos de protectores para adultos

Pañales anatómicos para adultos

- ✓ Los productos desechables, abiertos, es decir, sin velcro, de sujeción lateral, garantizan la libertad de movimientos.
- ✓ Se fijan con braguitas de malla que se adhieren al cuerpo y aseguran el pañal.
- ✓ Se caracterizan por la facilidad de colocación y sustitución del producto usado.
- ✓ Recomendados para personas con movilidad parcial, independientes, con incontinencia urinaria moderada, fuerte y muy grave.

Tipos de protectores para adultos

Pañales

- ✓ Productos desechables, cerrados con cierres laterales (velcro, tiras adhesivas), reutilizables (desabrochar y abrochar), que permiten ajustar el dispositivo a la circunferencia de las caderas del paciente. Los productos están disponibles para uso diurno y nocturno. Disponen de una amplia capa absorbente dorsal como protección contra fugas.
- ✓ Se recomiendan para personas tumbadas. Son los más elegidos por los cuidadores de enfermos, debido a la mayor facilidad para sustituir el producto usado. Para personas con incontinencia urinaria moderada, grave a muy grave,

¿Cómo elegir correctamente un producto absorbente de protección personal?

1. La incontinencia urinaria o fecal (incontinencia) se presenta de muchas formas: de esfuerzo, por goteo, por escapes, mixta, de urgencia, tanto física como psíquica.
2. El diagnóstico de la afección lo realiza el médico en función del tipo, la frecuencia y la gravedad de la misma..

¿Cómo elegir correctamente un producto absorbente de protección personal?

3. Seleccionar los productos absorbentes tras analizar la frecuencia e intensidad de las dolencias.

Excreción de orina en 4 horas:

- excreción ligera: 50-100 ml
- excreción media 100 - 200 ml
- excreción abundante: 200-300 ml
- excreción muy abundante: - más de 300 ml.

Sobre esta base, seleccione productos que estén marcados con un nivel de absorción diferente (normalmente en forma de gotas, colores en el envase del producto absorbente).

¿Cómo elegir correctamente un producto absorbente de protección personal?

4. Algunos productos absorbentes están equipados con impresiones especiales y rayas de colores que cambian de color cuando hay que sustituirlo (sin mirar dentro).

¿Cómo elegir correctamente un producto absorbente de protección personal?

5. Combinar los pañales o absorbentes, basándose en la tabla de tallas (como en el caso de la ropa: medimos la circunferencia de la cintura y la cadera del paciente).

Por ejemplo

Talla XS: 45cm - 70cm

Talla S: 55 cm - 80 cm

Talla M: 80 cm - 110 cm

Talla L: 100 cm - 135 cm

Talla XL: 120 cm - 160 cm

Talla XXL: 140 cm - 190 cm

Si ambas medidas (cintura, cadera) se ajustan a la talla dada, debe elegir la que le quede bien. Si una de ellas es más alta, elija la talla más grande.

Recuerde que los productos demasiado pequeños causarán rozaduras y que los demasiado grandes provocarán fugas laterales.

Los productos absorbentes pueden ser incorrectamente seleccionados y causar:

1. Abrusiones e irritación de la piel afectada, especialmente si la talla es incorrecta.
2. Fugas de orina con la consiguiente contaminación de la ropa del usuario y de la ropa de cama.
3. Malestar del usuario enfermo y deterioro de su bienestar.

Normas de sustitución de los productos absorbentes:

- ✓ Dependiendo del estado del usuario, podemos utilizar diferentes técnicas para colocar los productos absorbentes:
- ✓ si el usuario es capaz de cambiar el producto absorbente por sí mismo o necesita un poco de ayuda, lo mejor es hacerlo de pie,
- ✓ en el caso de un usuario tumbado, los productos absorbentes se colocan girando al usuario de lado a lado

El procedimiento de cambio de los productos absorbentes con el usuario que no puede levantarse de la cama

Estructura de las actividades:

1. Conocer el estado del usuario y valorar su grado de autonomía para determinar el alcance de la asistencia que necesitará.
2. Limpieza y desinfección higiénica de las manos, colocación de guantes desechables
3. Preparación del equipo y del entorno
4. Seguir la secuencia de acciones:

colocar un cojín higiénico bajo las nalgas del usuario - girar al usuario hacia un lado - realizar el cuidado de la piel y protegerla con crema protectora - colocar los pantalones del pañal en la espalda del usuario - poner al usuario boca arriba - sacar la parte delantera de los pantalones del pañal y ajustarla al perineo - sujetar los pantalones del pañal con cintas elásticas de velcro ajustando los pantalones del pañal a la cintura.

La cuña es una muy buena solución para los usuarios que, por diversas razones, no pueden utilizar el inodoro. Permite a los usuarios satisfacer sus necesidades fisiológicas en condiciones confortables.

Recomendaciones para el uso de la cuña

- ✓ Observar las recomendaciones de higiene, seguridad y garantizar las condiciones de intimidad para el usuario.
- ✓ Existe el riesgo de contaminación de la ropa de cama, ropa interior y el riesgo de abrasiones o úlceras de decúbito causadas por permanecer demasiado tiempo con el orinal o cuña.

El procedimiento para colocar la cuña al usuario que no puede levantarse de la cama

Structure of activities:

1. Conocer el estado del usuario y valorar su grado de autonomía para determinar el alcance de la asistencia que necesitará.
2. Limpieza y desinfección higiénica de las manos, colocación de guantes desechables
3. Preparación del equipo y del entorno
4. Seguir la secuencia de acciones
5. pedir al usuario que doble las piernas por las articulaciones de las rodillas y levante las nalgas para deslizar el orinal por debajo de las nalgas
6. si el usuario no puede cooperar con nosotros, se le puede colocar de lado para colocarle el orinal y después en posición supina.

Úlcera por presión: definición

- La úlcera por presión se define como el daño localizado en la piel y/o el tejido subcutáneo que se produce debido a la presión o a la presión en combinación con fuerzas de cizallamiento.
- Las úlceras por presión suelen producirse por encima de la protuberancia ósea, pero también pueden estar relacionadas con un dispositivo médico u otro objeto.

Úlcera por presión: factores de riesgo

- ✓ edad \geq 75 años,
- ✓ inmovilización,
- ✓ estado de la piel (sequedad o humedad excesiva, heridas, infecciones),
- ✓ estado nutricional (desnutrición, deshidratación),
- ✓ incontinencia urinaria y fecal,
- ✓ alteraciones de la conciencia,
- ✓ comorbilidades crónicas (diabetes, anemia, enfermedades neurológicas)

Los lugares más comunes de las úlceras por presión

- ✓ **en posición supina:** zona del talón, coxis, sacro, omóplatos, parte posterior de la cabeza y pabellones auriculares,
- ✓ **en posición lateral:** en la zona de los tobillos, rodillas, trocánter ilíaco, hombro, detrás de las orejas y alrededor de la mastoides,
- ✓ **en posición abdominal:** en la zona de los tobillos, las rodillas y el esternón.

Prevención de las úlceras por presión

- ✓ *Colocación del paciente en un colchón antiescaras de presión dinámica.*
- ✓ *El uso de accesorios de cama (rodillos, discos, soportes, cuñas).*
- ✓ *Hacer la cama a diario para evitar pliegues y arrugas.*
- ✓ *Retirada de puntos, botones, migas y otros restos de debajo del paciente.*
- ✓ *La ropa interior y la ropa de cama deben estar secas, limpias, no almidonadas, ser suaves y de materiales naturales.*
- ✓ *Evitar el sobrecalentamiento y la sudoración.*

Prevención de las úlceras por presión

- ✓ *Observar la piel al menos una vez al día, preferiblemente durante las actividades higiénicas y cada vez que se cambie de postura.*
- ✓ *Secado minucioso y suave de la piel, especialmente alrededor de los pliegues y lugares expuestos a presión.*
- ✓ *Utilizar la técnica correcta de traslado del paciente.*
- ✓ *Cambiar al paciente de posición al menos cada 2-3 horas.*
- ✓ *La piel debe lavarse a diario con agua tibia, utilizando limpiadores suaves con un pH de 5,5 que no resequen la piel.*

Prevención de las úlceras por presión

- ✓ *Después de cada aseo hay que secar la piel a fondo y con suavidad, ¡sin frotar!*
- ✓ *La piel lavada y seca debe humedecerse con preparados destinados al cuidado de la piel delicada*
- ✓ *Utilizar pañales en caso de incontinencia urinaria.*
- ✓ *Cada vez que se moje la ropa o la ropa de cama, debe cambiarse.*

Selección de ropa interior para el usuario

La elección de la ropa interior adecuada no es sólo una comodidad para el usuario, sino también un componente de la profilaxis antiescaras en el cuidado de un usuario encamado.

A la hora de elegir la ropa interior, conviene tener en cuenta las preferencias del usuario. Gracias a ello, la persona encamada sentirá que influye en su entorno inmediato y que se le respeta.

Recomendaciones para la selección de ropa interior del usuario

- ✓ *La ropa interior debe seleccionarse teniendo en cuenta la comodidad del usuario. Para el confort del usuario y la comodidad del cuidador, es importante la calidad de los tejidos con los que se confecciona la ropa interior.*
- ✓ *Un pijama incómodo o las etiquetas de las camisetas sin cortar pueden irritar innecesariamente al enfermo.*
- ✓ *La ropa interior debe estar hecha de materiales naturales y aireados, por ejemplo, algodón.*

Recomendaciones para la selección de ropa interior del usuario

- ✓ *A la hora de elegir la ropa interior, debemos tener en cuenta (si es posible) las preferencias del usuario (color, corte, longitud). Esto mejorará el bienestar del usuario y hará que se sienta respetado por influir al menos en este aspecto de su vida. La mejora del bienestar resultante de estar tumbado en sábanas limpias y con ropa cómoda es un elemento importante de los cuidados.*
- ✓ *Es importante cuidar la estética de la ropa del usuario, para que la persona encamada no se avergüence de recibir visitas de un médico, una enfermera, invitados, etc.*

Recomendaciones para la selección de ropa interior del usuario

EVITAR!!!!

- ✓ *Ropa ajustada o demasiado holgada: pueden formarse pliegues cuando las prendas se llevan demasiado grandes y pueden provocar úlceras por presión.*
- ✓ *Ropa interior fabricada íntegramente con fibras artificiales. La dificultad para evacuar la humedad o la sudoración excesiva pueden provocar rozaduras.*
- ✓ *Ponerse camiones hasta los tobillos - las camisas largas son incómodas, pueden enredarse entre las piernas y dificultar el cambio de pañales.*

Recomendaciones para la selección de ropa interior del usuario

EVITAR!!!!

- ✓ *Los pantalones con perneras largas pueden enrollarse y crear pliegues en la piel. Al cambiar un pañal, es necesario girar al enfermo varias veces para quitárselos. Es más cómodo elegir una camisa hasta la rodilla o simplemente una camiseta.*
- ✓ *Pijamas o camisas con muchos botones. Además de la dificultad y el tiempo que lleva vestirse, existe el riesgo de que el usuario se atragante con un botón.*
- ✓ *Todo tipo de cordones, volantes en la ropa interior. Aumentan el riesgo de aparición de úlceras por presión.*



Gracias!

Profesor:

E-Mail:

Fecha de la sesión

