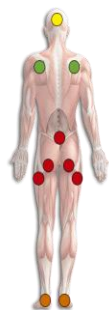




A pele do idoso é mais frágil e vulnerável. Apenas 4 horas de pressão mantidas no mesmo ponto são suficientes para gerar uma úlcera. As áreas mais vulneráveis são o cóccix, calcanhares, tornozelos e cotovelos.



## Zonas de riesgo

- Muy alto
- Alto
- Medio
- Bajo



Recorda a importância do uso de luvas com todos os residentes



## MEDIDAS PREVENTIVAS

- 1** Mantenha a pele hidratada com a ajuda de cremes e óleos específicos.
- 2** Mantenha a pele limpa e seca: faça trocas de fraldas a cada 3 horas.
- 3** Faça alterações posturais a cada 4 horas: sente e deite na posição lateral e supina/decúbito dorsal.
- 4** Em pacientes acamados, use almofadas para diminuir a pressão nas áreas mais difíceis: sacro, calcanhares e cotovelos.
- 5** O primeiro sinal de uma úlcera por pressão é um avermelhamento da pele. Sendo isso identificado, informe imediatamente a equipa de enfermagem.

Recorda a importância de usar EPI completo com doentes COVID-19 positivo ou suspeitos

