



cancer.org | 1.800.227.2345

Úlceras por presión

Una úlcera por presión se desarrolla cuando se bloquea el suministro de sangre a un área del cuerpo porque hay una presión excesiva y prolongada sobre la misma. En consecuencia, la piel en esa área comienza a morir, lo que resulta en una área abierta como un cráter o úlcera en la piel. Estas áreas en la piel pueden llamarse **úlceras de decúbito**, llagas por presión, úlceras por presión o lesiones por presión.

Una persona que permanece en la misma posición por un tiempo prolongado, por ejemplo, alguien que está postrado en cama o que siempre está en una silla o silla de ruedas, la mayor parte del tiempo ejerce presión sobre los mismos lugares. Esto reduce el flujo de sangre a dichas partes, haciéndolas más propensas a desarrollar úlceras por presión. La condición de estas áreas puede empeorar cuando rozan contra las sábanas o es levantado bruscamente de la cama o silla.

Los lugares comunes para que se desarrollen úlceras por presión son las caderas, las nalgas, los talones, los codos, los hombros, las orejas y la parte posterior de la cabeza.

¿A qué debe prestar atención?

- Piel agrietada, ampollada, escamosa o desgarrada
- Una úlcera abierta en la superficie de la piel o en el tejido por debajo de la piel
- Manchas color amarillento en la ropa, sábanas o la silla (que puedan estar teñidas de sangre).
- “Puntos de presión” dolorosos o muy sensibles (como, la parte posterior de la cabeza o del hombro, las orejas, los codos, los glúteos, las caderas, los talones y cualquier parte con hueso que se apoye en una superficie)
- Los puntos de presión rojos en la piel que no desaparecen incluso después de retirar la presión (pueden ser una señal temprana de que la piel está a punto de agrietarse o morir)

¿Qué puede hacer el paciente?

- Moverse tanto como pueda y cambiar de posición con frecuencia
- Si se encuentra en cama, cambie de posición por lo menos cada 2 horas: de acostado del lado izquierdo a acostado de espalda, y luego del lado derecho.
- Cambie el punto en donde recaiga el peso cada 15 minutos al estar en una silla de ruedas. Use cojines especiales con acolchado de esponja o gel para reducir la presión.
- escoja prendas de vestir que no queden tan ceñidas que aprieten, ni tan holgadas que puedan abultarse por debajo.
- Proteja los otros “puntos de presión” con almohadas para prevenir nuevas úlceras. De ser posible, use un colchón que reduzca la presión o una cubierta de hule espuma de tres o cuatro pulgadas sobre el colchón.
- Ejercítese tanto como pueda. Procure hacer caminatas breves dos o tres veces al día. Si no puede caminar, haga ejercicios de estiramiento, mueva brazos y piernas hacia adelante, atrás, arriba y abajo.
- Ingiera alimentos altos en proteína, como por ejemplo pescado, huevos, carne, leche nueces, o crema de cacahuates (mantequilla de maní).
- Aumente su consumo de líquidos (si no está comiendo bien, intente con líquidos altos en calorías como las malteadas o complementos líquidos enlatados). Asegúrate de consultar con su equipo de atención médica la cantidad de líquido que puede beber de forma segura.
- Proteja la úlcera y el área circundante con una almohadilla de esponja adaptable o almohada.
- Enjuague cualquier úlcera abierta con agua con mucho cuidado y cúbrala con un vendaje que haya sido aprobado por su equipo de atención médica. Haga esto cada vez que el vendaje se ensucie, o al menos dos veces al día o como le sea indicado. Si le recetan ungüentos o cremas, úselos tal y como se lo han indicado. Informe al equipo que atiende el cáncer sobre cualquier picazón, ampollas, secreción, o aumento en el tamaño de la úlcera.

¿Qué puede hacer el cuidador del paciente?

- Anime al paciente a moverse tanto como pueda
- Recuerde al paciente cambiar de posiciones con frecuencia, o ayúdele a voltearse

cada 2 horas si está en cama.

Si el paciente no puede tener control sobre sus intestinos y vejiga, cambie su ropa interior tan pronto observe suciedad. Aplique un ungüento en la piel tras limpiarla (como A+D) y mantenga el área seca. Utilice colchoncillo protector por debajo para prevenir que se moje el colchón y facilitar su limpieza. No use ropa interior de

Oncology Nursing Society. Cancer Symptoms. Accessed at www.cancersymptoms.org on April 3, 2013.

Bartlett, 2004.

Yarbro CH, Frogge MH, Goodman M. *Cancer Symptom Management*, 3rd ed. Sudbury, MA: Jones and Bartlett, 2004.

Última revisión médica completa: febrero 1, 2020 Actualización más reciente: febrero 1, 2020

La información médica de la La Sociedad Americana Contra El Cáncer está protegida bajo la ley *Copyright* sobre derechos de autor. Para solicitudes de reproducción, por favor escriba a permissionrequest@cancer.org (<mailto:permissionrequest@cancer.org>)¹.

cancer.org | 1.800.227.2345