

### Lista de Verificación: Prevención Úlceras por Presión

Identificación del paciente susceptible de UPP	Prevención UPP	Registro de actividad
<b>Identificación del paciente</b> <input type="checkbox"/> Nombre y apellidos <input type="checkbox"/> Fecha de nacimiento <input type="checkbox"/> Motivo de ingreso	<b>Evaluar el estado de la piel que cubre las zonas sometidas a presión, principalmente prominencias óseas (ver tabla 3).</b> <b>Frecuencia:</b> <input type="checkbox"/> Riesgo alto y medio 1 vez al día.	<b>Identificación de factores de riesgo</b> <b>Escalas de valoración</b> Frecuencia Puntuación Próxima valoración Cambios en la piel <b>Cambios posturales</b> Frecuencia Descripción de posición Descripción de preferencias del/la paciente <b>Medios de prevención</b> Dispositivos de protección Dispositivos de redistribución de la presión y ajuste en función de puntuación en escala
<b>Presencia de Factores de riesgo:</b> <input type="checkbox"/> Parálisis o inmovilización <input type="checkbox"/> Pérdida sensitiva (Hemiplejia, lesión medular...) <input type="checkbox"/> Alteraciones de la circulación <input type="checkbox"/> Fiebre <input type="checkbox"/> Anemia <input type="checkbox"/> Malnutrición <input type="checkbox"/> Deshidratación <input type="checkbox"/> Incontinencia fecal o urinaria <input type="checkbox"/> Sedación intensa y anestesia <input type="checkbox"/> Edad <input type="checkbox"/> Edema <input type="checkbox"/> Otras lesiones por presión. <input type="checkbox"/> Antecedentes de lesiones por presión.	<b>Evaluar el estado de la piel que cubre las zonas sometidas a presión. Signos y síntomas:</b> <input type="checkbox"/> Coloración alterada: enrojecimiento, amoratado, violácea, azulada, otras alteraciones de la pigmentación <input type="checkbox"/> Desaparición del enrojecimiento a la presión <input type="checkbox"/> Palidez y manchas de la piel. <input type="checkbox"/> Alteración en la consistencia del tejido: firme o blando <input type="checkbox"/> Desaparición de capas superficiales de la piel <input type="checkbox"/> Aumento de la temperatura en la zona, edema, induración.	
<b>Realizar escala para valoración de riesgo de UP:</b> <input type="checkbox"/> Escala de Norton <input type="checkbox"/> <b>Escala de Braden</b> <input type="checkbox"/> Escala de EMINA <input type="checkbox"/> Reevaluar cada 7 días o cuando se produzca un cambio significativo en estado del paciente.	<b>Localizar zonas con mayor riesgo de UPP:</b> <input type="checkbox"/> Orificios nasales con sonda nasogástrica <input type="checkbox"/> Orificios nasales con gafas nasales <input type="checkbox"/> Lengua y labios: Tubo endotraqueal <input type="checkbox"/> Oídos: dispositivo de oxígeno, almohada. <input type="checkbox"/> Drenajes. <input type="checkbox"/> Sonda vesical <input type="checkbox"/> Dispositivos ortopédicos. <input type="checkbox"/> Zonas sometidas a presión	

Tabla 2

<b>Prevención UPP</b>
<p><input type="checkbox"/> <b>Intervenciones estándar:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Lavado diario: Agua templada, no caliente, productos suaves, cremas hidratantes o protectoras</li> <li>• Evitar contacto entre prominencias óseas</li> <li>• Aplicar almohadillas protectoras (codos talones)</li> <li>• Fomentar ingesta adecuada. Valoración nutricional de necesidades.</li> <li>• Ingesta adecuada de líquidos.</li> <li>• Cambios posturales.</li> <li>• Mantener cabecera de la cama en menor grado posible: 30º.</li> <li>• Fomentar el movimiento en los pacientes según sus capacidades.</li> <li>• Minimizar fuerza de fricción en movilización de pacientes.</li> <li>• Fomentar participación de familiares en la prevención de UPP, si correcta formación y ejecución de actividades.</li> <li>• Ajustar dispositivos de redistribución de la presión en función de puntuación según escala.</li> </ul>
<p><input type="checkbox"/> <b>Intervenciones si inmovilidad como factor de riesgo:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Cambios posturales cada 2 horas.</li> <li>• Alternar posiciones cuando sea posible: Decúbito lateral, decúbito prono, decúbito lateral, decúbito supino.</li> <li>• Tener en cuenta intimidad y comodidad del/la paciente.</li> <li>• Utilización de almohadas de apoyo para aliviar presión en prominencias óseas:</li> <li>• Utilización de superficies de redistribución de la presión</li> <li>• En silla de ruedas fomentar movilización cada 15 min por parte del/la paciente y utilizar superficies de redistribución de la presión.</li> </ul>
<p><input type="checkbox"/> <b>Intervenciones si roce y fricción como factor de riesgo:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Minimizar fuerzas de fricción en las movilizaciones: utilización de sábana de arrastre.</li> <li>• Utilizar tabla de traslado en cambio de cama.</li> <li>• Garantizar que los talones no están sometidos a presión elevándolos con almohada y dejándolos suspendidos en el aire.</li> </ul>
<p><input type="checkbox"/> <b>Intervenciones si humedad (incontinencia, drenajes, heridas... ) como factor de riesgo:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Valorar frecuencia de cambio de apósitos, uso de dispositivos de recogida de exudado.</li> <li>• Medias protectoras como barreras hidratantes en periné y piel adyacente: películas barrera de óxido de Zn/silicona</li> </ul>

**Redes sobre la articulación de las TIC en la Enseñanza Superior: TIC-TAC EN EL ENTORNO DE APRENDIZAJE PRÁCTICO**

**Tabla 3**

<b>Prevención UPP: Localización de zonas de presión según posición del/la paciente</b>				
<b>Decúbito dorsal o supino:</b>	<b>Decúbito lateral</b>	<b>Decúbito prono</b>	<b>Posición de Fowler:</b>	<b>Sentado o de sedestación</b>
<input type="checkbox"/> Talones. <input type="checkbox"/> Región sacra. <input type="checkbox"/> Región glútea. <input type="checkbox"/> Espina dorsal. <input type="checkbox"/> Omoplato. <input type="checkbox"/> Codo. <input type="checkbox"/> Región occipital de la cabeza y la nuca.	Borde externo del pie Maléolos Lateral de las rodillas Trocánter Costillas Codos Hombros Acromion Borde lateral de las orejas	Dedos de los pies Rodillas Genitales (en los hombres) Crestas ilíacas Costillas Codos Senos (en las mujeres) Orejas Mejillas	Talones Región sacra Área de tuberosidad isquiática Codos Región escapular Zona occipital de la cabeza	Región o tuberosidad isquiática Glúteos Región poplíteo Codos Omoplato Región escapular