DANBURY HOSPITAL
A Higher Level of Care

Folha de Informação aos Pacientes do Danbury Hospital

O que é uma Úlcera de Pressão?

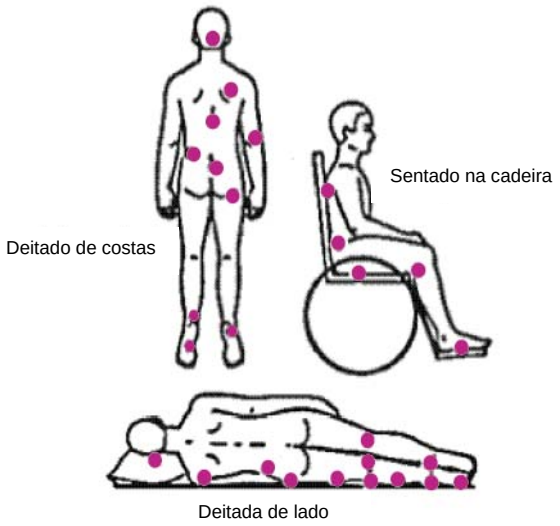
O que é uma úlcera de pressão?

A úlcera de pressão (anteriormente conhecida como úlcera de decúbito ou escara) é uma lesão da pele e do tecido subcutâneo, causada por pressão exercida durante muito tempo. Ela se desenvolve sobre as áreas ósseas do corpo, tais como na região do sacro (cóccix), calcanhar ou quadril. Pode vir a ser uma lesão pequena, e resultar apenas em um enrubescimento da pele, ou tornar-se uma ferida aberta.

Quem está sob risco de desenvolver uma úlcera de pressão?

Qualquer pessoa que permanece na mesma posição durante muito tempo corre o risco de desenvolver uma úlcera de pressão. Pessoas idosas geralmente têm a pele mais fina e mais frágil e, portanto, estão sob risco de desenvolver úlceras de pressão. Certas enfermidades, tais como anemia, câncer, diabetes e doenças cardíacas, vasculares e renais também estão associadas às úlceras de pressão. As condições ou fatores de risco que aumentam a probabilidade de uma úlcera de pressão desenvolver-se incluem os seguintes:

- Imobilidade prolongada (permanecer na mesma posição durante longos períodos de tempo);
- Exposição prolongada à umidade (por causa de incontinência ou transpiração);
- Má nutrição;
- Capacidade reduzida de sentir dor e/ou pressão.



Cada ponto na figura acima representa um lugar onde uma úlcera de pressão pode desenvolver-se.

De modo geral, quanto maior o número de fatores de risco presentes, maior é a probabilidade de uma úlcera de pressão desenvolver-se.

Como a imobilidade aumenta o risco de úlceras de pressão?

De modo geral, pessoas confinadas ao leito ou a uma cadeira estão submetidas a uma pressão prolongada e a um cisalhamento ou atrito que as coloca em risco para o desenvolvimento de uma úlcera de pressão. O cisalhamento ou atrito é devido ao seguinte:

- A pele esfregar-se nos lençóis da cama ou na cadeira;
- A pele repuxar-se por causa de sucessivos episódios em que a pessoa escorrega da cama ou da cadeira;
- Os calcanhares resvalarem sobre os lençóis;

- Atrito da pele por causa de sucessivos episódios em que a pessoa é erguida para sentar-se na cama ou na cadeira.

Como se previnem as úlceras de pressão?

De modo geral, faz-se a prevenção por meio de atividades exercidas regularmente, com uma boa nutrição e mantendo a pele sempre limpa e seca.

Atividades e a prevenção da pressão:

- Revirar-se ou reposicionar-se com freqüência (pelo menos uma vez a cada 2 horas, estando deitado(a) na cama, e a cada 1 hora, estando sentado(a) numa cadeira);
- Colchões de espuma ou de ar;
- Uso de travesseiros para conforto e posicionamento;
- Protetores de cotovelo e de calcanhar;
- Atividades exercidas regularmente, inclusive fisioterapia, caso solicitada pelo seu médico.

Nutrição:

- Alimentação e consumo de líquidos em quantidades suficientes;
- Consumo de alimentos com teor adequado de proteína, zinco e vitaminas A e C;
- Alguns exemplos de alimentos ricos em zinco são: crustáceos, suco de frutas, batata assada, mingau de aveia e espinafre;
- Alguns exemplos de alimentos ricos em vitamina A são: fígado, verduras, cenoura, gema de ovo e batata-doce;
- Alguns exemplos de alimentos ricos em vitamina C são: laranja, suco de laranja, morango, brócolis, tomate, melão rosado (canteloupe) e limão;
- Complexos vitamínicos e suplementos nutricionais, conforme as ordens do seu médico.

Cuidados da pele:

- Cremes ou “sprays” que criam uma barreira à umidade;
- Limpeza, troca de roupa freqüentes dos pacientes com incontinência;
- Almofadas de assento com enchimento de espuma (NÃO usar almofadas com orifício no meio, tipo “donut”).

Apesar dos melhores esforços empenhados na prevenção, as úlceras de pressão às vezes acabam se desenvolvendo. Relate qualquer enrubescimento ou ruptura da pele ao enfermeiro ou ao médico.

Observações / Informações:

_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____

Fonte:

Wound, Ostomy, Continence Nurses Society: Guidelines for the Prevention and Management of Pressure Ulcers 2003. Acessado através do site www.wocn.org

11/2007