

# Cuidado de la piel y úlceras por presión

## Parte 2: Cómo prevenir úlceras por presión

### Suplemento: Áreas con alto riesgo de desarrollar úlceras por presión



Para obtener mayor información, contacte a su SCI Model System más cercano. Para obtener una lista de los SCI Model Systems, visite el sitio: <http://www.msktc.org/sci/model-system-centers>

Esta publicación fue producida por SCI Model Systems en colaboración con el Model Systems Knowledge Translation Center con fondos del Instituto Nacional de Investigación sobre la Discapacidad y Rehabilitación en el Departamento de Educación de los EE.UU., subvención núm. H133A060070.

#### Conéctese con nosotros:

##### Northern New Jersey Spinal Cord Injury System

1199 Pleasant Valley Way  
West Orange, NJ 07052

<http://KesslerFoundation.org/NNJSCIS>

##### Kessler Foundation

[SCIResearch@kesslerfoundation.org](mailto:SCIResearch@kesslerfoundation.org)

[www.Facebook.com/SCIRehabResearch](http://www.Facebook.com/SCIRehabResearch)

<http://www.KesslerFoundation.org>

Síganos en @KesslerFdn on Twitter

##### Kessler Institute for Rehabilitation

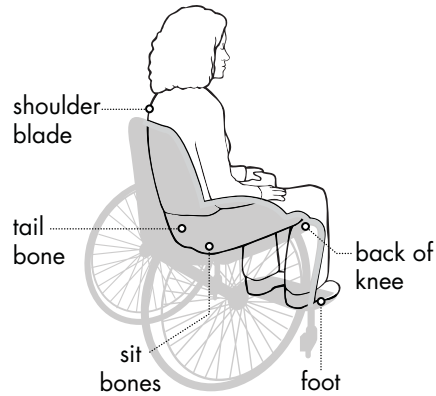
[SCIRehab@kessler-rehab.com](mailto:SCIRehab@kessler-rehab.com)

[www.Facebook.com/Kessler-Institute-for-Rehabilitation](http://www.Facebook.com/Kessler-Institute-for-Rehabilitation)

[www.kessler-rehab.com](http://www.kessler-rehab.com)

##### University Hospital

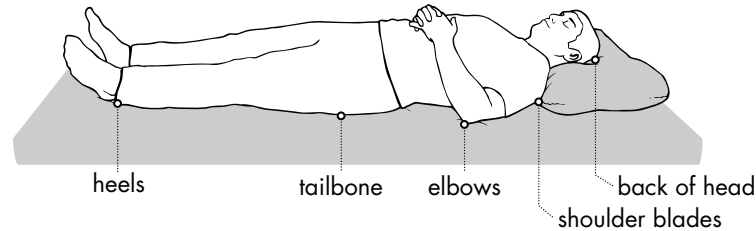
[www.uhnj.org](http://www.uhnj.org)



Las áreas donde los huesos están próximos a la superficie (llamadas "prominencias óseas") y las áreas que se encuentran bajo la mayor cantidad de presión tienen mayor riesgo de desarrollar úlceras por presión.

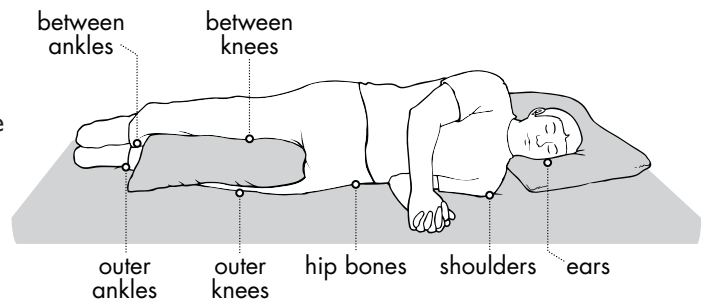
- shoulder blade – omóplato
- tail bone – cóccix
- sit bones – esquiotes
- back of the knee – parte posterior de la rodilla
- foot - pie

- heels – talones
- tailbone – cóccix
- elbows – codos
- back of the head – parte posterior de la cabeza
- shoulder blades - omóplatos



En la cama, las partes del cuerpo pueden ser acolchonadas con almohadas o con goma espuma para mantener las prominencias óseas (áreas donde los huesos se encuentran próximos a la superficie de la piel) libre de presión.

Coloque una almohada entre sus rodillas mientras duerme de lado para prevenir contacto de piel con piel y para aumentar la circulación del aire entre sus piernas.



- between ankles – entre los talones
- between knees – entre las rodillas
- outer ankles – área exterior de los talones
- outer knees – área exterior de las rodillas
- hip bones – huesos de las caderas
- shoulders- hombros
- ears - orejas

*Ilustraciones provienen de Northwest Regional SCI System (2006).*

#### Recurso

El contenido de nuestra información de salud está basado en evidencia investigativa y/o consenso profesional, y ha sido revisado y aprobado por un equipo editorial de expertos de SCI Model Systems.

#### Autoría

Este folleto fue desarrollado por el SCI Model System Dissemination Committee en colaboración con el Model Systems Knowledge Translation Center. Porciones de este documento fueron adaptadas de materiales producidos por SCI Model Systems.