

A person with dark hair, wearing a white t-shirt and dark pants, is seen from behind, sitting in a wheelchair. They are looking out over a vast, open landscape under a clear sky. The foreground is filled with green grass and some blurred foliage. The background shows a distant horizon line. A semi-transparent dark blue banner is overlaid across the middle of the image, containing the title text.

GUÍA 10 PASOS

PARA EL CUIDADO DE LA PIEL DE
UN PACIENTE INMOVILIZADO

(Encamado o en Silla de Ruedas)



*Hola, soy la **doctora Marisa Vólquez**,
dermatóloga y cirujana de piel.*

Me acerco a ti que cuidas a una persona encamada, en silla de ruedas o que necesita ayuda para sus actividades diarias. Esta guía reúne 10 pasos para cuidar su piel y acompañarte en esa tarea.

En mi práctica he visto cuánto puede afectar una lesión por presión, también llamada úlcera o «llaga». Reconocer los primeros cambios y buscar atención a tiempo es importante.

Sé que cuidar puede cambiar tu rutina y despertar dudas, cansancio o preocupación. **No tienes que saberlo todo ni hacerlo sin ayuda.**

La movilidad reducida puede estar relacionada con una enfermedad, un accidente o una discapacidad. Cada persona tiene necesidades diferentes y merece atención con respeto.

Siempre que sea posible, invítala a participar en su higiene y en las decisiones sobre su cuidado.

Esta guía es educativa: no sustituye la valoración médica ni las indicaciones particulares del equipo de salud.

1

Aprende a bañarlo

Prepara el material y utiliza agua tibia. Explica lo que vas a hacer y respeta la privacidad de la persona.

Emplea un limpiador suave, como el **Jabón de Aceite BABÉ**. Enjuaga bien y seca con toques suaves, prestando atención a los pliegues.

Para levantarla o trasladarla, pide ayuda y utiliza las técnicas y los apoyos indicados por el equipo de salud. Las barras de apoyo y una superficie antideslizante pueden facilitar un baño seguro.

No arrastres el cuerpo ni lo dejes sin apoyo durante el traslado.

Ver video: cómo dar un baño en cama



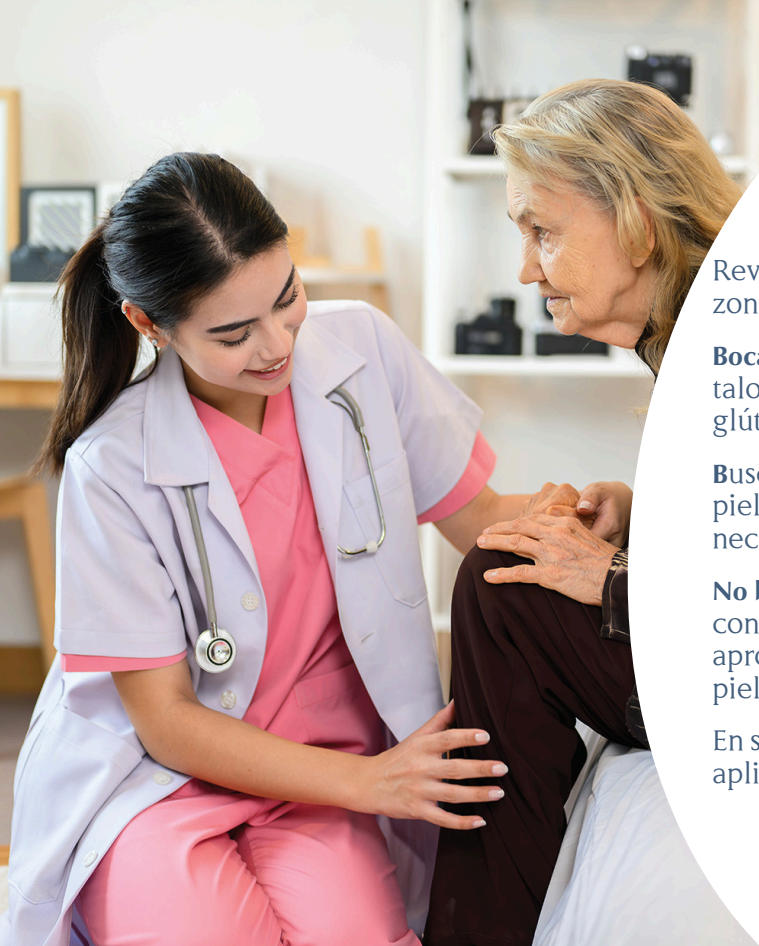
2

Humecta su piel

Después del baño, seca la piel con suavidad y aplica un emoliente sobre la piel intacta, como **Bálsamo en Aceite BABÉ**.

Es un hidratante corporal sin enjuague. Distribúyelo suavemente, sin frotar las zonas de apoyo.

No lo apliques dentro de heridas ni entre pliegues húmedos. La hidratación no sustituye los cambios de posición.



3

Identifica zonas vulnerables

Revisa la piel todos los días y durante el aseo, especialmente en las zonas de apoyo.

Boca arriba: parte posterior de la cabeza, hombros, codos, sacro y talones. **De lado:** orejas, hombros, caderas, rodillas y tobillos. **Sentado:** glúteos, sacro y zonas en contacto con la silla o con dispositivos.

Busca cambios de color, calor, dureza, dolor, ampollas o heridas. En piel oscura, el color puede ser morado o más oscuro, no necesariamente rojo.

No basta con cambiarlo tres veces al día. Acuerda un horario individual con el equipo de salud. En muchas personas con riesgo y un colchón apropiado se consideran cambios cada 2 a 3 **horas**, ajustados a su piel, comodidad y condición clínica.

En silla de ruedas, planifica alivios de presión frecuentes; no apliques automáticamente el horario de la cama.



4

Disminuye la presión

Si con los cambios de posición no es suficiente y comienzas a notar diferentes tonos en la coloración de la piel, puedes aplicar esta medida, simple y sencilla; llenar guantes, bolsas de silicon o flotadores pequeños con agua fresca y colocarlo debajo de esas zonas y así disminuir la presión de la piel contra la superficie

Es importante contar con al menos dos juegos de estos elementos para poder realizar cambios periódicos durante el día. Esto te permitirá a ti como cuidador, un descanso y a tu paciente le evitará la acumulación excesiva de presión en una sola área.

Recuerda que esta medida es complementaria a los cambios de posición regulares, y no debe reemplazarlos. Los cambios de posición son fundamentales para aliviar la presión de forma más efectiva y deben llevarse a cabo según las indicaciones médicas.

Si continúan los cambios en la coloración de la piel, enrojecimiento, calor o dolor en alguna zona, es importante buscar la orientación de un dermatólogo. Este podrá evaluar la situación de manera más detallada y brindar recomendaciones y tratamientos específicos para prevenir y tratar las lesiones de piel.

Solicitar consulta

5

Uso de ropa adecuada

Elige ropa suave, fresca, holgada y fácil de poner y retirar. Las prendas con apertura delantera pueden facilitar el vestido. Evita costuras gruesas, elásticos apretados y objetos que presionen la piel.

Mantén la ropa de cama limpia, seca y sin arrugas. Si la ropa, el pañal o el babero se humedecen, cámbialos oportunamente.

Ante saliva, orina o heces, limpia la piel con suavidad y seca sin frotar. No dejes toallas o baberos mojados en contacto con la piel.

Si hay incontinencia, pregunta al equipo de salud por un **producto barrera** adecuado. Un hidratante no siempre sustituye esta protección.





6 Evitar el progreso de llagas

Una ampolla, una herida pequeña o un cambio persistente de color en una zona de apoyo necesitan valoración. No esperes a que la lesión crezca.

Retira la presión sobre esa zona y contacta al equipo de salud. No frotas, no masajees ni rompas las ampollas.

No empieces antibióticos, antisépticos ni productos «cicatrizantes» por tu cuenta. No todas las lesiones están infectadas, y el tratamiento depende de su profundidad y de la evaluación clínica.

Solicita atención urgente si hay pus, fiebre, calor o enrojecimiento que se extiende, o dolor que empeora. Si además hay confusión, dificultad para respirar o deterioro rápido, busca atención de emergencia.

Solicitar consulta



7

Cura de Úlcera

Si llegase a formar una úlcera, deberás curarla todo los días. Primero lavando con antiséptico, para esto no necesitas gasa estéril, pero sí secar muy bien el centro y el borde de la lesión con una toalla destinada solo para ello, asegúrate de utilizar guantes.

Para el uso de antibiótico necesitarás una indicación médica. Es importante destacar que el tratamiento de las úlceras debe ser individualizado y supervisado por un dermatólogo u otro profesional de la salud especializado en el cuidado de heridas.

Cada úlcera puede requerir enfoques y tratamientos específicos según el grado y características. Por lo tanto, te recomiendo buscar una consulta a domicilio con un especialista para recibir una evaluación adecuada y una indicación precisa del tratamiento a seguir.

Solicitar consulta

Manejo Del Dolor **8**

El dolor merece atención y no debe considerarse una consecuencia inevitable de estar encamado o en silla de ruedas.

Pregunta dónde duele, desde cuándo y qué lo empeora. Si la persona no puede expresarlo, observa gestos, quejidos, inquietud o rechazo al movimiento y comunica estos cambios al equipo de salud.

Antes de dar un analgésico o un antiinflamatorio, consulta al médico. Informa sobre las enfermedades, alergias y otros medicamentos que utiliza.

Las curaciones y los cambios de posición deben adaptarse a su comodidad. Si el dolor es intenso, nuevo o aumenta, solicita valoración; no lo ocultes con automedicación.

Solicitar consulta



9

Pasa Tiempo Con Tu Familiar

Conversa, escucha y comparte momentos cotidianos: cuéntale de tu día, lee algo que le guste, mira fotografías o escucha música a su lado.

Inclúyelo en las decisiones y actividades que pueda realizar. Respeta sus preferencias, sus tiempos de descanso y su manera de expresar lo que siente.

No le exijas estar siempre de buen ánimo. El miedo, la tristeza o el cansancio también necesitan escucha. Pide apoyo profesional si estos cambios son persistentes o afectan su bienestar.

Tu bienestar también importa. Organiza relevos, acepta ayuda y reserva momentos para descansar. Acompañar no significa hacerlo todo sin apoyo.





10

Es Hora de ir al Hospital

Busca atención inmediata ante:

- Dolor u opresión persistente en el pecho, especialmente con falta de aire, sudor frío o dolor hacia el brazo o la mandíbula.
- Sangrado abundante o que no cede con presión directa: **no esperes 30 minutos.**
- Dificultad para respirar, desmayo, confusión nueva o dificultad para despertar.
- Dolor abdominal intenso, vómito con sangre o sangrado abundante por el ano.
- Caída con golpe en la cabeza y síntomas de alarma, o si la persona toma anticoagulantes.
- Herida infectada con fiebre, escalofríos o deterioro rápido.

Llama al 9-1-1. No esperes una respuesta por WhatsApp ni una consulta a domicilio.

Gracias por cuidar

No tienes que hacerlo todo sin ayuda.

Espero que esta guía te acompañe en el cuidado de tu familiar o paciente. Observar su piel, atender sus necesidades y buscar ayuda a tiempo son formas de cuidar con respeto.

La aparición de una lesión no significa que hayas fallado. Pide apoyo al equipo de salud y comparte también tus dudas y tu cansancio.

Con cariño,
Dra. Marisa Vólquez

Orientación y consultas

Para solicitar una evaluación, escríbenos por WhatsApp.

La consulta dermatológica a domicilio continúa como un servicio independiente. Conoce su descripción en nuestra web.

Esta guía orienta al cuidador; no reemplaza una evaluación ni un plan de tratamiento individual.

Solicitar consulta

Consulta a domicilio

Atención dermatológica para personas con dificultad para trasladarse.

Este servicio independiente permite valorar problemas de la piel en el entorno del paciente cuando acudir al consultorio resulta difícil. Cada solicitud se coordina con el equipo de Dermatología Vólquez.

Comodidad y accesibilidad La atención se realiza en el hogar, evitando un traslado que puede ser complejo para el paciente y su cuidador.

Atención individualizada La valoración considera el problema de la piel, los antecedentes y las necesidades particulares.

Orientación para el cuidado El profesional explica las indicaciones y el seguimiento necesario según cada caso.

¿Cómo solicitar el servicio?

Conoce en nuestra web la descripción de la **consulta dermatológica a domicilio**.

Para consultar disponibilidad y coordinar una cita, **escribenos por WhatsApp**.

No es un servicio de urgencias. Ante las señales de alarma de la página 12, acude a emergencias o llama al 9-1-1. No esperes una visita a domicilio.



CENTRO MÉDICO MODERNO · SUITE 310

Av. Charles Sumner esq. José Ramón López
Los Prados, Santo Domingo

Teléfono: 809-563-4050 | WhatsApp: 829-766-4050

info@dermatologiavolquez.com

dermatologiavolquez.com

Solicitar consulta · Conocer el servicio a domicilio