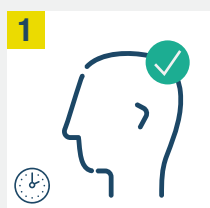


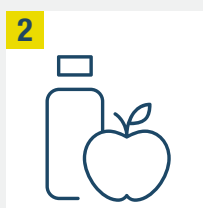
Recomendaciones para evitar lesiones cutáneas debido al uso prolongado de EPP

El uso de mascarillas, antiparras y otros elementos de protección personal (EPP) podría causar lesiones cutáneas **por presión, fricción o rotura de las áreas de apoyo** como frente, puente nasal, mejillas y detrás de las orejas.

LAS PRINCIPALES MEDIDAS DE PREVENCIÓN POR EL USO DE MASCARILLAS QUIRÚRGICAS, RESPIRADORES Y POR EL USO DE ANTIPARRAS O ESCUDO FACIAL SON:



1 Mantener la piel hidratada. La aplicación de loción o crema humectante debe ser unas **2 horas antes** de la instalación del EPP, puesto puede **interferir** con el sellado e incrementar la fricción



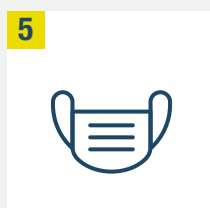
2 Mantener un buen estado nutricional e hidratación



3 Mantener la piel limpia y seca en los sitios de apoyo para evitar lesiones cutáneas ocasionadas por la humedad y el calor. Resguardar las medidas de higiene de manos, antes de secar la piel en los puntos de apoyo



4 Evitar la fricción y la presión permanente sobre la piel. Rotar puntos de apoyo frecuentemente, idealmente cada 2 o 3 horas, con el fin de disminuir la presión sobre la piel. Luego seca la piel con un pañuelo de papel. Esta es una de las estrategias más importantes para el control de la presión



5 Hacer la prueba de seguridad para el ajuste del respirador N95, cada vez que se efectúa la rotación de los puntos de apoyo



6 Avisar a jefatura en caso de presentar una lesión. Esto permitirá evaluar la úlcera a la brevedad y aplicar cuidados específicos de acuerdo al tipo de lesión y así evitar que progrese



7 Revisar estado general de la piel al finalizar el turno y prevenir lesiones utilizando cremas humectantes/hidratantes



Implementar medidas adicionales como: **Aplicación*** de ácidos grasos hiperoxigenados y protector cutáneo antes y después del uso de EPP en las zonas de piel con mayor riesgo. Además, se puede complementar con el uso de espumas **hidrofílicas o hidrocoloides**

* Dependiendo de la disponibilidad en el centro

→ **IMPORTANTE:** Realizar lavado de manos con agua y jabón por al menos 40 segundos, antes y después de manipular los EPP para ajustarlos o rotarlos