

# Prevenção da úlcera por pressão em crianças

Informação aos pais e cuidadores



Este folheto fornece aos pais, cuidadores e filhos informações sobre as úlceras por pressão, como se desenvolvem e as medidas que pode tomar para evitá-las. Por vezes existem boas razões para o tratamento do seu filho ser diferente do que consta neste folheto, pelo que deverá falar sobre isso com o seu profissional de saúde. É essencial que tanto você como o seu filho (conforme for capaz) estejam envolvidos nos cuidados prestados pelos profissionais e que possam contribuir para as decisões relativas à prevenção e gestão das úlceras por pressão. Esta parceria de cuidados permitirá melhores resultados para o seu filho.



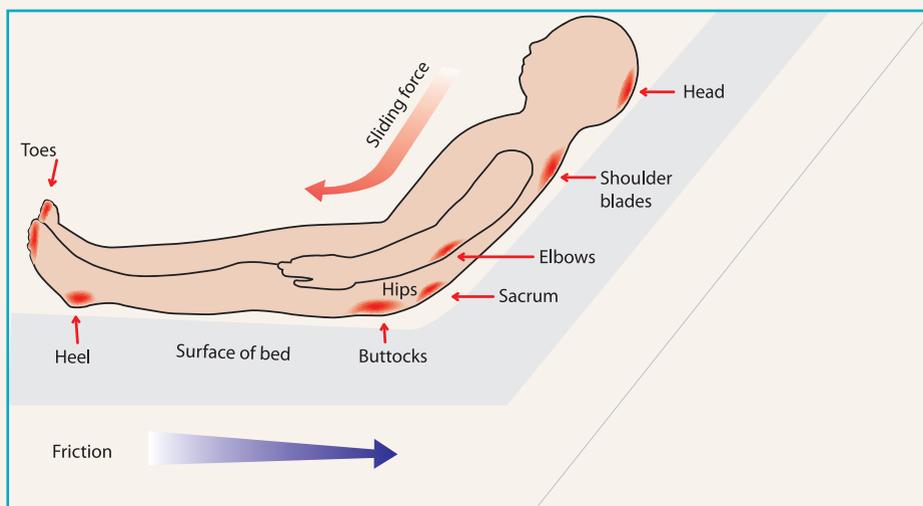
## O que é uma úlcera por pressão?

Uma úlcera por pressão é uma lesão que ocorre na pele e nos tecidos subjacentes quando o fornecimento de sangue para essa área é interrompido e o tecido carece de oxigênio e nutrientes. Uma úlcera por pressão pode desenvolver-se por várias razões, especialmente se o seu filho não estiver bem. Pode ser muito dolorosa e acarretar complicações adicionais. Uma úlcera por pressão pode ser causada por:

- **Pressão** – isto pode ocorrer quando o peso do corpo, de um objeto ou de um equipamento exerce pressão sobre a pele, tais como, por exemplo, uma cadeira de rodas, um tubo de cateter urinário, uma gastrostomia/tubo nasogástrico, uma tala, um colete corporal, um tubo intravenoso, sondas de saturação ou uma tala gessada.
- **Fricção e rutura** – quando a pele da criança é puxada ou esfregada repetidamente contra uma superfície, tal como um colchão, roupa de cama ou qualquer equipamento mencionado acima. Ocorre quando uma criança desliza para baixo na cama ou cadeira, ou devido a movimentos e manuseio incorretos.
- **Humidade** – isto também pode aumentar a probabilidade de uma área começar a ficar ferida.
- **Danos anteriores** – se o seu filho já teve uma úlcera por pressão no passado, a pele estará propensa a mais danos.

## Como é uma úlcera por pressão?

O primeiro sinal de que pode estar a desenvolver-se uma úlcera por pressão é geralmente uma pele descolorida. A área da pele pode parecer um pouco vermelha ou ferida. Isto pode agravar-se progressivamente e, eventualmente, originar uma ferida aberta. Há uma maior probabilidade de as úlceras por pressão ocorrerem sobre proeminências ósseas (ossos próximos da pele), como, por exemplo, a parte de trás da cabeça, a área das fraldas/nádegas, a base da coluna, a orelha, a ponte do nariz, o calcanhar e o cotovelo.



## Quais são os sinais de alerta?

- manchas vermelhas em crianças de pele clara;
- manchas roxas/azuladas em crianças de pele escura;
- a pele pode ficar quente, firme ou macia e/ou parecer brilhante;
- podem formar-se bolhas ou gretas;
- áreas rígidas ou inchadas, que podem ser dolorosas.

## Por que motivo o seu filho corre o risco de sofrer de uma úlcera por pressão?

Qualquer criança pode desenvolver uma úlcera por pressão, mas algumas crianças são mais propensas a desenvolvê-las do que outras.

Por exemplo, crianças que:

- têm mobilidade reduzida: por exemplo, se o seu filho estiver doente e tiver de ficar na cama, numa cadeira ou numa cadeira de rodas por períodos de tempo prolongados, ou se a sua doença ou estado de saúde lhe dificultar a mudança de posição sem ajuda;
- usam um equipamento que pode restringir os seus movimentos, causar pressão e/ou atrito, tais como, por exemplo, uma cadeira de rodas, um tubo de cateter urinário, um tubo de gastrostomia, uma tala, um colete corporal, um gesso, uma sonda de saturação, uma máscara facial, um cateter intravenoso (para medicações intravenosas);
- têm uma dieta pobre e não bebem água suficiente;
- estão abaixo ou acima do peso, visto que isso pode afetar a mobilidade e o estado da pele do seu filho, ferindo-a mais facilmente;
- sofrem de problemas circulatórios ou respiratórios que afetam o seu fluxo sanguíneo;
- têm níveis de humidade mais elevados devido à incontinência ou ao suor, resultando em «eritema das fraldas»;
- já tiveram uma úlcera por pressão no passado;
- estão gravemente doentes ou a ser operadas;
- sofreram danos na medula espinal e/ou não conseguem sentir dor em parte ou em todo o corpo;
- têm atualmente uma úlcera por pressão;
- têm temperatura alta durante longos períodos.

## O que pode fazer

Enquanto pai/mãe/cuidador da criança, tem um papel muito importante a desempenhar nos cuidados da pele dela. O seu profissional de saúde deverá aconselhá-lo sobre a melhor forma de reduzir ou aliviar a pressão nas áreas de pele vulneráveis a úlceras por pressão.

Estes conselhos devem incluir:

- posições corretas de estar sentado e deitado;
- como ajudar o seu filho a sentar-se e a deitar-se;
- com que frequência o seu filho precisa de se mover ou ser movido na cama ou na cadeira;
- apoiar os pés do seu filho;
- mantê-lo numa postura adequada;
- o tipo de equipamento que deve usar e como utilizá-lo.

Medidas importantes que poderá tomar:

### Pele

Verifique diariamente a pele do seu filho - quando estiver a lavar e a vestir o seu filho, pode ajudar ao observar atentamente a sua pele, ao verificar se existem sinais de alerta de desenvolvimento de úlcera por pressão e ao comunicar **imediatamente** qualquer questão preocupante ao profissional de saúde. É importante detetar precocemente os sintomas para que se possam tomar medidas que evitem o desenvolvimento de uma úlcera por pressão.

## Superfícies

Fale com os profissionais de saúde do seu filho sobre colchões e equipamentos especializados. Eles poderão aconselhá-lo sobre os benefícios e riscos específicos desses equipamentos e decidir se o seu filho realmente precisa deles.

## Continuar a mover-se

Mantenha o seu filho em movimento - isto é feito por meio de movimentos e mudando de posição o máximo possível. Ao encorajar e/ou ajudar o seu filho a mudar de posição com a maior frequência possível, estará a ajudá-lo a aliviar a pressão sobre as partes ósseas do seu corpo. As crianças que usam cadeiras de rodas precisam de se deslocar frequentemente nas suas cadeiras para reduzir a pressão sobre as suas nádegas. Se o seu filho já tiver uma úlcera por pressão, deverá evitar deitar-se ou sentar-se sobre ela, pois isso irá agravar o seu estado.

Evitar a pressão e o atrito - assegure-se de que o seu filho não está deitado sobre tubos, fios ou outros equipamentos. Mantenha os lençóis do seu filho livres de vincos que possam causar fricção. Use sempre um lençol de deslizamento para reposicionar uma criança mais velha, pois é importante evitar arrastar a criança ao movê-la. Se o seu filho estiver a usar gesso, tala ou cinta corporal, etc., alerte imediatamente o seu profissional de saúde caso tenha alguma preocupação.

Verifique regularmente o equipamento - assegure-se de que as cadeiras de rodas, almofadas e talas são devidamente ajustadas pelo terapeuta ocupacional e fisioterapeuta do seu filho, comunicando-lhes o mais rápido possível qualquer problema com o equipamento.

## Incontinência

Mantenha a pele do seu filho limpa e seca - lave e seque a pele assim que ficar suja. Quando secar a pele do seu filho, faça-o com palmadinhas ligeiras em vez de a esfregar. Hidrate regularmente a pele seca. Pode ser aconselhável usar um creme ou spray de barreira para ajudar a proteger a pele do seu filho dos efeitos da urina, fezes, suor ou exsudato de uma ferida. Este deve ser aplicado levemente.

## Nutrição

Assegure-se de que o seu filho come e bebe bem – ajude-o a seguir uma dieta bem equilibrada, com muita fruta fresca, legumes e alimentos ricos em proteínas (por exemplo, carne, peixe, ovos, queijo e produtos lácteos) ou, caso esteja em alimentação enteral, garanta o cumprimento de todas as doses de nutrição enteral e de água, conforme recomendado pelo seu nutricionista. Incentive o seu filho a beber líquidos adequados, particularmente água, para manter a pele macia e flexível.



## Sugestões e dicas práticas

### Faça o seguinte:

- mude frequentemente a posição do seu filho - enquanto estiver na cama ou sentado numa cadeira, evite que ele permaneça demasiado tempo na mesma posição;
- cuide bem da pele do seu filho - mantenha-a limpa e sem humidade excessiva;
- incentive uma dieta saudável e equilibrada;
- utilize o equipamento conforme aconselhado pelo seu profissional de saúde;
- inspecione a pele do seu filho para verificar se existem marcas vermelhas ou áreas escuras arroxeadas e comunique-as o mais rápido possível.

### Não faça o seguinte:

- não sente a criança sobre uma almofada com aro de borracha (pode causar mais danos);
- não massageie nem esfregue as áreas por pressão;
- não arraste a criança sobre lençóis húmidos ou amarrotados;
- não utilize produtos de pele de carneiro para aliviar a pressão;
- não deixe que os lençóis de incontinência se vinquem debaixo do seu filho – evite usá-los, se possível;
- não tente lidar sozinho(a) com uma úlcera por pressão - procure ajuda junto do seu profissional de saúde e/ou enfermeiro especializado em viabilidade de tecidos.

**Se tiver quaisquer questões ou preocupações sobre a pele do seu filho ou se precisar de mais informações, fale com um dos profissionais de enfermagem que cuida do seu filho no hospital ou em casa.**

Este folheto foi adaptado do último folheto do NICE (Instituto Nacional para a Excelência em Saúde e Cuidados) - Úlceras por Pressão - prevenção, tratamento e cuidados e dos folhetos de prevenção de úlceras do Health and Social Care Trust (Consórcio para a Saúde e a Assistência Social) local.

Pode encontrar mais informação detalhada em:

- Úlceras por pressão – prevenção e tratamento  
[www.nice.org.uk/guidance/cg179](http://www.nice.org.uk/guidance/cg179)
- Prevenção de úlcera por pressão: Guia de referência rápida  
[www.pha.site/hDfT](http://www.pha.site/hDfT)
- O papel da nutrição na prevenção e tratamento das úlceras por pressão:  
Artigo técnico  
do National Pressure Ulcer Advisory Panel (Painel Nacional Consultivo sobre Úlceras de Pressão) [www.pha.site/journals-lww-com](http://www.pha.site/journals-lww-com)
- Your Turn  
[www.your-turn.org.uk](http://www.your-turn.org.uk) e consulte os conteúdos da PHA em [www.publichealth.hscni.net](http://www.publichealth.hscni.net)





**Public Health Agency**

12-22 Linenhall Street, Belfast BT2 8BS.

Tel: 0300 555 0114 (local rate).

[www.publichealth.hscni.net](http://www.publichealth.hscni.net)

Find us on:

