

## Cuidado de la piel y heridas por presión en la ruedas de silla

Muy importante: Necesita realizar estas técnicas cada quince minutos con todos los individuos en la silla de ruedas.

Hay dos técnicas para aliviar la presión para evitar heridas por presión para una persona en una silla de ruedas.

### Primera Opción: Inclinar el individuo de lado a lado

Esta técnica alivia presión en una nalga a la vez

1. Bloquee las ruedas, y mueva uno de los reposabrazos de la silla de ruedas.
2. Lentamente incline el individuo hacia el lado hasta que el trasero se levante de la silla.
3. Con su mano, asegure que haya espacio entre la silla y el trasero
4. Para mantener esta posición por un minuto siéntese en un taburete al lado del individuo para evitar lesiones al individuo y a usted.
5. Ayudáles a la posición original y asegúrese que el cuerpo quede recto.
6. Repítalo en el otro lado.



## Segunda Opción:

1. Bloquee las ruedas, y mueva uno de los reposabrazos de la silla de ruedas.
2. Cruce una pierna sobre la otra e inclíne el individuo hacia atrás y al lado mientras agarra la rodilla en posición, y asegure que el trasero se levante de la silla.
3. Con su mano, asegure que haya espacio entre la silla y el trasero
4. Mantenga la posición por un minuto.
5. Ayudáles a la posición original y es importante que el cuerpo quede recto.
6. Repítalo en el otro lado.



## References:

[http://www.msktc.org/lib/docs/Factsheets/Spanish\\_Factsheets/SCI\\_Skincare\\_Series\\_Pressure\\_Reliefs\\_Sp.pdf](http://www.msktc.org/lib/docs/Factsheets/Spanish_Factsheets/SCI_Skincare_Series_Pressure_Reliefs_Sp.pdf). Accessed December 4, 2015.