Faculdade de Medicina de Botucatu
— Departamento de Enfermagem —



PREVENÇÃO DE LESÃO POR PRESSÃO NO AMBIENTE DOMICILIAR - SSKIN Bundle-H

Universidade Estadual Paulista - "Júlio de Mesquita Filho" (UNESP)

AUTORES

FABIANA TOMÉ RAMOS
DOUTORANDA EM ENFERMAGEM (UNESP)

MAURA SCOPEL CARLINI
ESTUDANTE DE GRADUAÇÃO EM ENFERMAGEM (UNESP)

RHAVENNA THAIS SILVA OLIVEIRA
DOUTORANDA EM ENFERMAGEM (UNESP)

BRUNA CRISTINA VELOZO
ENFERMEIRA NO HOSPITAL ESTADUAL BOTUCATU

MARLA ANDRÉIA GARCIA DE AVILA
PROFESSORA NO DEPARTAMENTO DE ENFERMAGEM (UNESP)

JULIANE ANDRADE
PROFESSORA NO DEPARTAMENTO DE ENFERMAGEM (UNESP)

AGLECIA MODA VITORIANO BUDRI
PROFESSORA NA ROYAL COLLEGE OF SURGEONS IN IRELAND (IRLANDA)

RÚBIA AGUIAR ALENCAR
PROFESSORA NO DEPARTAMENTO DE ENFERMAGEM (UNESP)

FICHA CATALOGRÁFICA ELABORADA PELA SEÇÃO TÉC. AQUIS. TRATAMENTO DA INFORM.
DIVISÃO TÉCNICA DE BIBLIOTECA E DOCUMENTAÇÃO – CAMPUS DE BOTUCATU – UNESP
BIBLIOTECÁRIA RESPONSÁVEL: **ANA CLARA GATTO – CRB 8/10577**

Prevenção de lesão por pressão no ambiente domiciliar [recurso eletrônico] : SSKIN Bundle-H / Fabiana Tomé Ramos ... [*et al.*]. - Botucatu : FMB/UNESP, 2026.
16 p. : il. color.

1. Úlcera por pressão. 2. Enfermagem domiciliar. 3. Acidente vascular cerebral (Pacientes). 4. Cuidados de enfermagem – Planejamento. I. Ramos, Fabiana Tomé. II. Carlini, Maura Scopel. III. Oliveira, Rhavenna Thais Silva, IV. Velozo, Bruna Cristina. V. Avila, Marla Andréia Garcia de. VI. Andrade, Juliane. VII. Budri, Aglecia Moda Vitoriano. VIII. Alencar, Rúbia Aguiar. IX. Universidade Estadual Paulista (UNESP), Faculdade de Medicina, Botucatu.

CDD 610.73

INTRODUÇÃO

Após a alta hospitalar, os cuidados com a pessoa que sofreu um Acidente Vascular Cerebral (AVC), também conhecido como “derrame” continuam em casa. Um dos principais desafios é a prevenção de lesões por pressão (antigamente chamada de escaras), em pessoas com dificuldade de movimentação.

Pensando nisso, este material foi desenvolvido para apoiar você, cuidador, na prevenção dessas lesões por meio do protocolo SSKIN Bundle-H (home), uma versão adaptada para o ambiente domiciliar. O protocolo é composto pelos seguintes elementos:

S – Skin (Avaliar a pele);
S – Surface (Superfície de apoio);
K – Keep Moving (Manter-se em movimento);
I – Incontinence (Incontinência/umidade) e
N – Nutrition (Nutrição e hidratação).

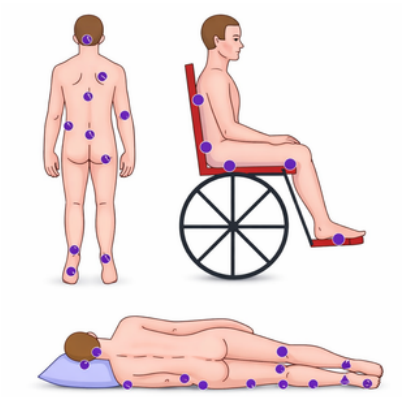
Aqui, você encontrará orientações simples para facilitar o cuidado no dia a dia.
Ao final da cartilha, você também terá acesso a um vídeo que demonstra, como realizar cuidados essenciais como, por exemplo, tirar a pessoa da cama, mudanças de posição e troca de fraldas.

CAPÍTULO 1

AVALIAÇÃO DA PELE

1. Observe a pele todos os dias, sempre durante o banho e a cada movimentação;

2. Dê atenção especial às regiões onde os ossos são mais salientes ou pontudos, como região do coóccix, região sacral (bumbum), costas, quadril, calcanhares, tornozelos e cotovelos;



3. Também observe o couro cabeludo e orelhas, principalmente atrás da cabeça que fica em contato com o travesseiro;

4. Atenção para regiões com sonda ou cateter oxigênio, sempre arrumando e reposicionando para não machucar a pele;

5. Se notar vermelhidão que não desaparece ao pressionar levemente com um dedo, feridas, bolhas ou mudança na temperatura da pele, mude a posição da pessoa com mais frequência e busque avaliação no serviço de saúde.

6. Em pessoas com pele mais escura, a vermelhidão pode ser mais difícil de perceber. Por isso, toque a pele para verificar se há partes mais quentes, frias, duras ou inchadas e fique atento às mudanças discretas na cor ou textura da pele.

7. Se notar qualquer alteração na pele, tire uma foto com boa iluminação, pois isso ajuda a acompanhar a evolução e a mostrar ao profissional de saúde caso tenha dúvidas ou precise de orientações.

CAPÍTULO 2

SUPERFÍCIES

1. Mantenha sempre os lençóis bem lisos e sem dobras.

2. Existem colchões que são específicos para ajudar na prevenção de lesões por pressão (escaras). Esses colchões ajudam a distribuir melhor o peso do corpo e a reduzir a pressão na pele.

3. Para pessoas totalmente acamadas, são recomendados colchões especiais como colchões de viscoelástico e o pneumático.



COLCHÃO VISCOELÁSTICO



COLCHÃO PNEUMÁTICO

4. É muito importante verificar o peso da pessoa e seguir a indicação do fabricante, pois cada colchão tem um limite de peso e recomendações específicas de uso. Esses cuidados garantem que o colchão funcione corretamente e ofereça a proteção esperada.

5. No caso do colchão pneumático, verifique regularmente se a bomba do colchão está ligada e funcionando. Não deixe a pessoa em cima do aparelho desligado, pois as dobras do equipamento murcho podem causar feridas.

6. Caso você não tenha acesso a um desses colchões, mantenha o reposicionamento regular e o alívio de pressão nos calcanhares, e entre em contato com a equipe de saúde para obter orientações sobre equipamentos apropriados.



7. Na cadeira de rodas, é altamente recomendado utilizar almofada que seja adequada para redistribuir a pressão do peso na cadeira. Porém, essas almofadas não podem ser em formato de anel ou rosquinha, pois isso aumenta a pressão e podem c



RECOMENDADA



NÃO RECOMENDADA

8. Caso a pessoa cuidada seja totalmente acamada, ou que esteja com os ossos da região do sacro (bumbum) salientes, é indicado o uso de curativos de espuma que previnem as feridas. No entanto, é um material mais caro, então caso você não tenha condições, invista na hidratação e cremes barreira (esse creme barreira você encontra nas farmácias).

9. É importante elevar os calcanhares usando travesseiros ou almofadas com altura suficiente para garantir que os calcanhares não entrem em contato com o colchão e fiquem livres.

CAPÍTULO 3

MANTER EM MOVIMENTO

1. 1.Não deixe a pessoa na mesma posição por muito tempo. Mude a posição da pessoa regularmente. A frequência deve ser individualizada de acordo com o nível de risco, a condição da pele, o conforto, a mobilidade e a superfície de suporte utilizada. Siga o plano de mudança de posição recomendado pela equipe de saúde.



2. Na cama, mantenha a cabeceira levemente elevada na maior parte do tempo. Só levante mais durante a alimentação ou se a pessoa tiver risco de engasgar e afogar.



3. Ao reposicionar a pessoa, utilize equipamentos para auxiliar na mudança de posição (por exemplo, lençóis deslizantes de transferência). Esses lençóis você pode encontrar no Mercado Livre.



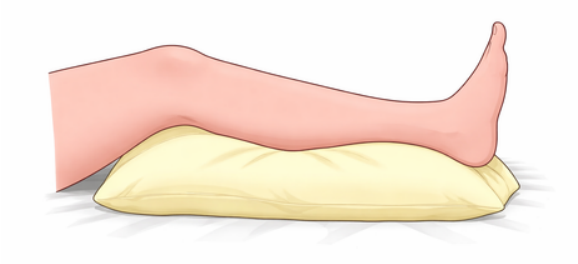
LENÇOL DESLIZANTE

4. Utilize almofadas para ajudar a manter a posição e melhorar o conforto.

5. Não deixe os joelhos em contato um com o outro quando o paciente estiver deitado de lado.



6. Sempre que possível mantenha os calcanhares livres (elevados da cama), com a panturrilha (conhecida como batata da perna) apoiada na almofada.



7. Se a pessoa tiver a movimentação muito reduzida, deixar o menor tempo possível na cadeira de rodas e, sempre que possível, enquanto sentado, tente realizar mudanças e manobras para aliviar a pressão na área que está sentada a cada 10 minutos. Faça inclinações, para frente, para traz, para os lados e movimente os braços.

CAPÍTULO 4

CONTROLE DA UMIDADE

1. Mantenha o paciente sempre limpo e seco, trocando fraldas, roupas e lençóis sempre que necessário.

2. Ao secar a pessoa dê “batidinhas” suaves.

3. Durante a troca de fralda, peça para a pessoa cuidada ajudar nos movimentos sempre que conseguir, pois isso facilita o processo e reduz o esforço físico do cuidador.

4. Inspecione regularmente a fralda a fim de evitar contato contínuo com a urina e faça a troca imediata quando houver fezes.

5. Para prevenção de dermatite (assaduras) por fraldas, utilizar creme barreira após o banho e a cada troca de fralda nas virilhas e regiões de contato com urina e fezes. Esse creme você encontra em farmácias.

Creme barreira
Você encontra em farmácias



CAPÍTULO 5

NUTRIÇÃO E HIDRATAÇÃO

1. Uma boa alimentação e hidratação ajudam na recuperação e na saúde da pele.

2. Ofereça os alimentos conforme as orientações dos profissionais de saúde, cada pessoa pode ter um tipo diferente de alimentação na alta.

3. Siga exatamente o que foi indicado para garantir uma boa nutrição e evitar feridas.

4. Antes das refeições, é necessário controlar sintomas que podem afetar a ingestão de alimentos e líquidos, como dor e náuseas.

5. Ajude a pessoa cuidada durante a refeição para facilitar a nutrição e a ingestão de líquidos adequada.

6. Se o paciente não estiver aceitando o alimento oferecido, procure o seu serviço de saúde de referência.

7. No caso de pessoas com sondas, se houver demora na passagem do alimento, dificuldade durante a administração, entre em contato com a Equipe de Terapia Nutricional do HCFMB - Botucatu, para receber as orientações adequadas. No caso de entupimento ou retirada acidental, procure o posto de saúde ou serviço de emergência mais próximo.

Vídeo SSKIN Bundle-H

Para ter acesso ao vídeo que demonstra, de forma clara, como realizar cuidados essenciais, como transferências, reposicionamentos, manejo de fraldas, cuidados com sondas, entre outros, basta escanear o *QR Code* disponível abaixo ou buscar no YouTube por "SSKIN *Bundle H*", na página do @DGAAHC.



QR-code vídeo SSKIN Bundle-H

Atenção: é importante seguir atentamente todas as orientações fornecidas na alta hospitalar. Leve os encaminhamentos ao posto de saúde para agendar as consultas, realize todos os exames solicitados e cumpra as prescrições. Esses cuidados garantem a continuidade do tratamento e ajudam a prevenir complicações.

Telefones:

➡ Empréstimo e aluguel de equipamentos (camas hospitalares, cadeiras de rodas, cadeiras de banho, entre outros) :
*Exclusivo para conveniados do Sistema Prever – Botucatu/SP

📞 (14) 3811-4040

➡ Dúvidas relacionadas a sondas (Equipe de Terapia Nutricional do HCFBM):

📞(14) 3811-6230
(14) 3822-6436

➡ Fraldas descartáveis: procure a Unidade de Saúde da sua referência ou Farmácia Popular