

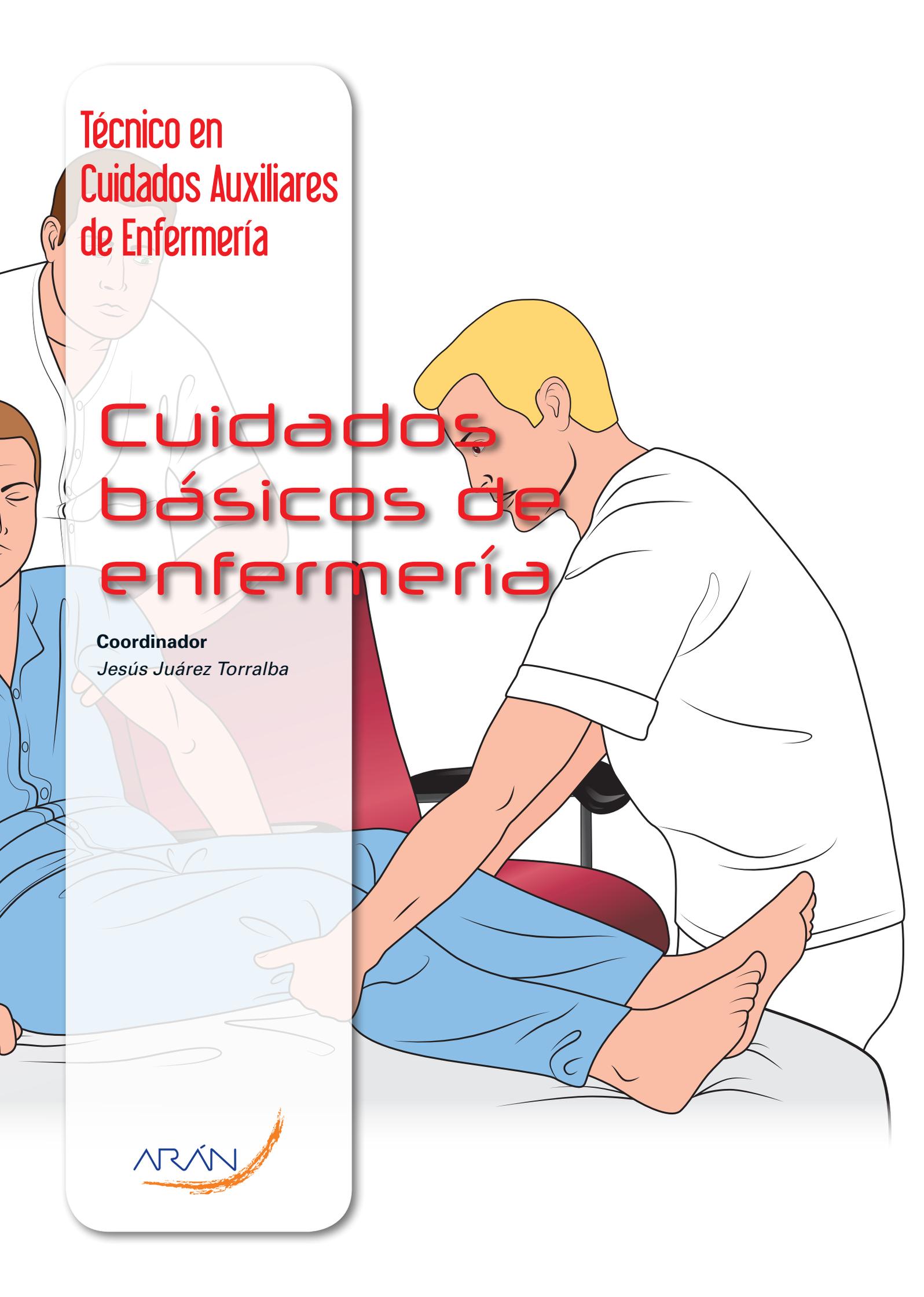
**Técnico en
Cuidados Auxiliares
de Enfermería**

Cuidados básicos de enfermería

Coordinador

Jesús Juárez Torralba

ARÁN



Autores

Coordinador

Jesús Juárez Torralba

Médico Especialista en Medicina General. Coordinador Base 061 Alcantarilla. Murcia

Autores

Encarna Abenza Mañas

Profesor Técnico de Formación Profesional. Especialidad en Procedimientos Sanitarios Asistenciales. Centro Integrado de Formación Profesional de Lorca. Murcia

Ginés Álvarez Sánchez

Médico Especialista en Medicina Familiar y Comunitaria. Gerencia Emergencias 061. UME Torre Pacheco. Murcia

Sonia García Duarte

Matrona. Hospital Torrecárdenas. Almería

Francisca García Martínez

Licenciada en Biología. Profesora Técnico de Formación Profesional. Especialidad en Procedimientos de Diagnóstico Clínico y Ortoprotésico. Centro Integrado de Formación Profesional de Lorca. Murcia

Antonio Garrido Moreno

Profesor Técnico de Formación Profesional. Enfermero Gerencia Emergencias 061.
UME Torre Pacheco. Murcia

Laura Nieto López

Profesora Técnico de Formación Profesional. Especialidad en Procedimientos Sanitarios y Asistenciales. Centro Integrado de Formación Profesional de Lorca. Murcia

Manuel Sánchez Morales

Profesor de Formación Profesional. Especialidad en Procedimientos de Diagnóstico Clínico y Ortoprotésico. Centro Integrado de Formación Profesional de Lorca. Murcia

Mónica Tornel Caparrós

Profesor Técnico de Formación Profesional. Especialidad en Procedimientos Sanitarios y Asistenciales. Centro Integrado de Formación Profesional de Lorca. Murcia

Agradecimientos

A José Jiménez Márquez, Rosa Palacios Roldán, Rocío Mazón Andreu, Alejandro Romero Chumillas, Verónica Coll López y Raúl Bernabeu Conesa.

Índice

Capítulo 1

Mantenimiento de la higiene corporal	15
1. Higiene y aseo	16
2. Materiales utilizados en el aseo del paciente.....	22
3. Técnicas de aseo	25
4. Técnicas de colocación del pañal.....	40
5. Técnicas del cuidado de la boca	44
6. Observación de alteraciones en piel y mucosas	49
7. Realización de masajes.....	56
8. Registro de datos	64

Capítulo 2

Colaboración en la exploración, toma de constantes vitales y recogida de otros datos de interés	75
1. La exploración médica	76
2. Preparación de la sala y del paciente para la exploración.....	78
3. Pruebas complementarias	79
4. Síntomas subjetivos y objetivos	82
5. Constantes vitales	83

6. Material para la toma de constantes vitales.....	86
7. Técnicas de determinación de constantes vitales.....	89
8. Alteraciones en las constantes vitales.....	95
9. Técnicas de medida de la diuresis	97
10. Recogida de información para el cálculo del balance hídrico.....	98
11. Registro gráfico de datos.....	99

Capítulo 3

Control de las eliminaciones	109
1. Eliminación fisiológica y patológica.....	110
2. El esputo	110
3. El vómito	111
4. La orina.....	114
5. Las heces	127
6. Las muestras biológicas	133

Capítulo 4

Preparación de la cama del paciente	173
1. Tipos de camas hospitalarias	174
2. Tipos de colchones	179
3. Accesorios de la cama hospitalaria	180
4. La ropa de cama	182
5. Técnicas para la preparación de la cama.....	184

Capítulo 5

Movilización, traslado y deambulación de pacientes	201
1. Principios fundamentales de mecánica corporal.....	202
2. Las posiciones corporales	205
3. Técnicas de movilización	216
4. Técnicas de traslado.....	231
5. Apoyo al paciente en la deambulación.....	235

Capítulo 6

Actuación ante las úlceras por presión	245
1. Aspectos generales de las úlceras por presión.....	246
2. Factores que predisponen la aparición de úlceras por presión.....	247
3. Fases en el proceso de formación de úlceras por presión.....	251
4. Lugares anatómicos de aparición	256
5. Medidas preventivas de úlceras por presión	258
6. Tratamiento de úlceras por presión.....	264

Capítulo 7

Aplicación de cuidados materno-infantiles	279
1. Las funciones del Técnico en Cuidados Auxiliares de Enfermería en las unidades materno-infantiles y de atención al parto	280
2. Embarazo y parto.....	289
3. El recién nacido	298
4. Cuidados iniciales al neonato y a la madre.....	304

Capítulo 8

Cuidados <i>post-mortem</i>	327
1. Síntomas y signos de muerte	328
2. Material necesario para el amortajamiento	336
3. Atención al duelo	337
4. Técnica de arreglo del cadáver	340
5. Gestión del traslado del cadáver.....	342
6. Medidas higiénicas	343
Soluciones “Evalúate tú mismo”	351



MANTENIMIENTO DE LA HIGIENE CORPORAL

*Francisca García Martínez,
Laura Nieto López,
Mónica Tornel Caparrós*

Sumario

1. Higiene y aseo
2. Materiales utilizados en el aseo del paciente
3. Técnicas de aseo
4. Técnicas de colocación del pañal
5. Técnicas del cuidado de la boca
6. Observación de alteraciones en piel y mucosas
7. Realización de masajes
8. Registro de datos



Una de las necesidades básicas de las personas es el **mantenimiento de la piel en buen estado** para que cumpla, entre otras funciones, la de protección del cuerpo humano. Por eso las personas deben limpiarla y protegerla. Sin embargo, si tienen disminuidas o anuladas las facultades para realizar dicha actividad por sí mismas, otras personas pueden ofrecer su ayuda.

Durante este capítulo vamos a estudiar cómo interviene **el Técnico en Cuidados Auxiliares de Enfermería (TCAE) en la prevención de enfermedades y la conservación de la salud de las personas que están a su cuidado**. Para ello debe conocer la importancia de la higiene y el aseo del paciente y cómo es capaz de contribuir a que las personas dependientes satisfagan la necesidad de estar limpias y aseadas.

A lo largo de este capítulo trataremos los **materiales** a emplear en las tareas higiénicas, las **técnicas de higiene** a aplicar, **las alteraciones en piel y mucosas** que pueden observarse, así como el **registro de los datos** obtenidos durante el cuidado del paciente.

I. HIGIENE Y ASEO

Como sabemos, las personas dependientes que no tienen la capacidad de realizar las actividades de higiene y aseo de sí mismas pueden ser ayudadas por el Técnico en Cuidados Auxiliares de Enfermería (TCAE). Para ello, este debe conocer cuáles son las **necesidades básicas de las personas** y, especialmente, las que se asocian a estar limpio y aseado. Por lo tanto, además de la importancia de esta necesidad, debe conocer el **concepto de higiene y aseo**. También, y antes de aplicar una técnica de aseo, debe comprender cuáles son es la **finalidad y pautas generales a seguir en la realización de cualquier técnica de higiene**.

I.1. La higiene como necesidad básica de las personas

Los seres humanos tienen una serie de **necesidades básicas** que, por ellos mismos, deben cubrir para mantenerse en buen estado de salud y bienestar. Sin embargo, como hemos dicho, algunas personas no poseen la capacidad o conocimientos para evitar encontrarse en un estado de dependencia.

Para **Virginia Henderson** y cols., es fundamental la independencia del paciente, por lo que, si este no se encuentra en dicha situación,



Figura 9. Aseo general del paciente encamado.

13. Higiene genital: para ello, lavar la zona genital enjabonando sin exceso, aclarando y secando exhaustivamente pero con suavidad. Si es posible, ofrecer al paciente que lave la zona genital (esta técnica se describe en el apartado “Técnicas de aseo parcial”).
14. Llamar al peluquero y/o afeitar si es necesario.
15. Cambiar la ropa de la cama y vestir al paciente con pijama o camisón.
16. Peinar al paciente.
17. Acomodar al paciente en la cama o el sillón.
18. Anotar las incidencias, si procede.

Observaciones

- › **Descubrir solo la zona** sobre la que se está actuando.
- › **Evitar mojar la cama** escurriendo bien la esponja.
- › **Cambiar el agua y la esponja** tantas veces como se requiera.
- › Pueden aplicarse **técnicas de aseo parcial**.
- › La **técnica del rasurado** del vello corporal se emplea cuando el paciente va a ser sometido a una intervención quirúrgica para evitar el riesgo de una enfermedad infecciosa. En la higiene habitual, los hombres que no puedan afeitarse por sí mismos requieren la ayuda del Auxiliar. El afeitado se realiza en la dirección del crecimiento del vello y siempre manteniendo la limpieza de la cara antes y después del afeitado.



El rasurado del vello corporal es una de las labores programadas de los auxiliares, siempre en la zona donde el paciente vaya a ser intervenido quirúrgicamente.

3.2. Técnicas de aseo parcial

Las **técnicas de aseo parcial** se aplican en una zona del cuerpo humano con la finalidad de asear los ojos, limpiar el cabello, realizar la higiene genital, asear y cuidar las uñas, así como cuidar la boca.

7. Lavar y secar el área genital de este modo: verter el agua templada sobre los genitales, enjabonar el área genital, aclarar y secar a fondo con suavidad.
8. Acomodar al paciente, recoger el material y anotar las incidencias si procede.

En el lavado y secado genital masculino (Figura 12):

1. Verter el agua y enjabonar el pene y los testículos. En paciente no circuncidado, retraer el prepucio. Utilizar esponjas de un solo uso exclusivas para limpiar el glande haciendo movimientos circulares desde el meato hacia fuera.
2. Aclarar con abundante agua y secar suavemente.
3. Colocar el prepucio en el lugar original.
4. Posicionar al paciente en posición de decúbito lateral y proceder al lavado y secado del ano, el área perianal y pliegue interglúteo. Esto es en el caso de que no se ha realizado la higiene general.



<http://www.youtube.com/watch?v=gbyr5YkNNFo>

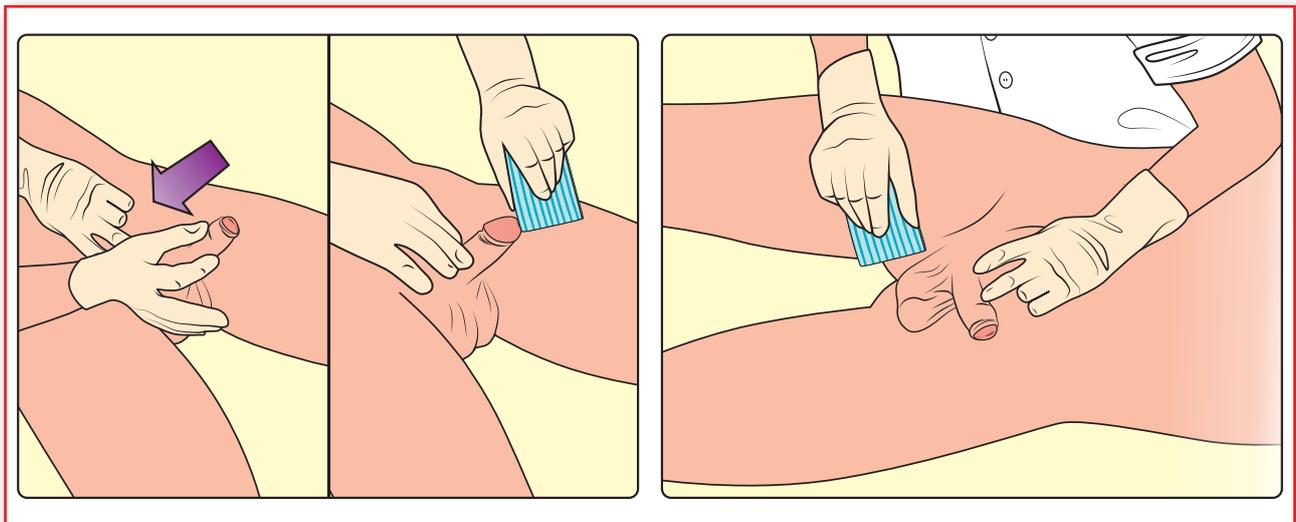


Figura 12. Aseo genital masculino.

En el lavado y secado genital femenino (Figura 13):

1. Verter el agua y enjabonar la zona genital siguiendo este orden: pubis, zona interna de los muslos, meato urinario, labios menores, labios mayores, hendidura vulvar, ano y pliegue interglúteo.
2. Separar los labios mayores con una mano.
3. Con la otra mano lavar de este modo: de arriba hacia abajo y de dentro hacia fuera. Insistir en los pliegues que hay entre los labios mayores y los menores. Utilizar esponjas de un solo uso exclusivas para ello.

Infecciones de la piel

Se pueden deber a **bacterias, virus y hongos**.

Bacterianas

- 】 **Foliculitis:** infección aguda de varios folículos pilosos cercanos entre sí. Se identifican por la presencia de una pápula o nódulo a su alrededor.
- 】 **Forúnculo:** infección aguda de los folículos pilosos. Se presenta generalmente en zonas de gran presión, fricción o sudoración (nuca, axilas o glúteos). En su inicio, aparece un nódulo que se transforma en pústula con exudado purulento.

Víricas

- 】 **Herpes simple:** infección caracterizada por la aparición de eritema y vesículas, que produce escozor y quemazón. Se localiza frecuentemente en los labios y la boca.
- 】 **Herpes zóster o zona:** originado por la activación del virus de la varicela en estado de estrés inmune. Produce eritema, mucho dolor y vesículas en el trayecto del nervio en el que se encuentre. Puede ocasionar sordera y parálisis facial (Figura 22).



Figura 22. Herpes zóster (autor: Fisle).

Micosis (producidas por hongos)

- 】 **Candidiasis mucocutánea:** infección frecuentemente producida por la *Candida albicans*. Se localiza en diversas partes del cuerpo ocasionando, por ejemplo, candidiasis bucal o muguet, vulvovaginitis candidiásica, boqueras o rágades.



http://www.youtube.com/watch?v=AonV72AP_zg

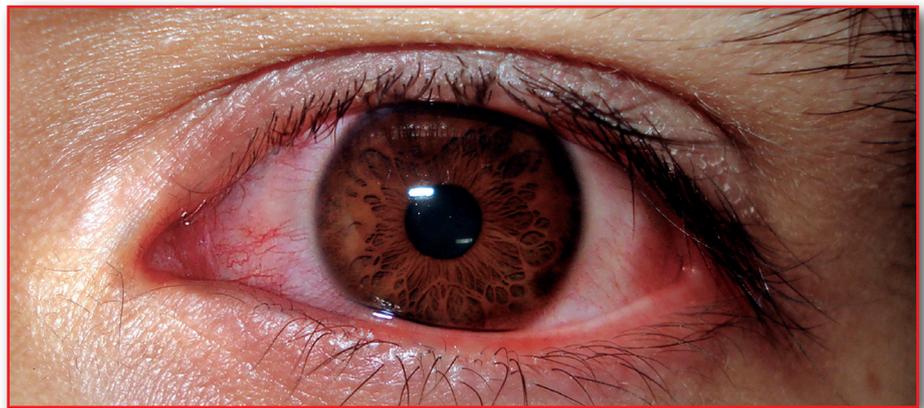


<http://www.youtube.com/watch?v=8n8uLiP65Uw>



<http://www.youtube.com/watch?v=ePJqX5kGCxk>

- 】 Higiene genital y colocación del pañal:** el Auxiliar podrá detectar el flujo excesivo de los orificios perineales-genitales. Además, será necesario apreciar ciertos olores que indican la presencia de infecciones. Por ejemplo, el olor fuerte a pescado en los genitales puede indicar infección bacteriana. En cambio, si el olor es a requesón, y se presentan formaciones blancas, suele indicar candidiasis.
- 】 Higiene bucal:** el Auxiliar puede aprovechar el momento de la higiene bucal para observar el estado de la mucosa bucal, anotando cualquier signo que haya apreciado como inflamaciones, irritaciones, erosiones, etc.
- 】 Lavado de ojos en la técnica de aseo general:** es el momento idóneo para apreciar si el paciente padece una inflamación de la mucosa de los ojos, conocida como conjuntivitis, que suele tener origen bacteriano y se manifiesta por la vasodilatación y secreción mucosa.



7. REALIZACIÓN DE MASAJES

Denominamos **masaje** a un conjunto de técnicas manuales o mecánicas realizadas de forma metódica sobre la totalidad, o una parte, de la superficie corporal, con una finalidad curativa o higiénica.

Esta técnica de higiene se realiza aplicando unos movimientos con las manos y los dedos o con sistemas mecánicos como, por ejemplo, cintas vibratoras o chorros de agua.

La **finalidad del masaje** es eliminar o reducir tensiones, dolores e inflamaciones. Además, ayuda a que mejoren tejidos atrofiados o mal cicatrizados.

A continuación se detallan los diversos efectos que, de manera concreta, puede tener el masaje:

- 】 Efectos sobre la circulación venosa:**
 - ▶** Evita la distensión de las varices.

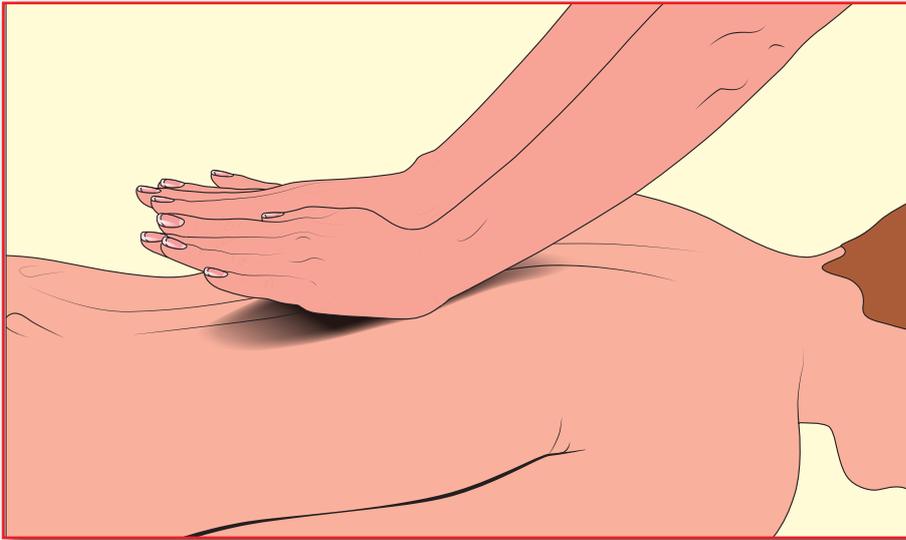


Figura 24. *Masaje dorsal.*

Técnica

1. Lavarse las manos.
2. Descubrir la espalda del paciente.
3. Colocar al paciente en decúbito prono.
4. Extender la loción sobre una de las manos.
5. Frotarse las manos para producir calor y evitar la sensación de frío en el paciente.
6. Situar las palmas de las manos sobre la base de la espalda, a ambos lados de la columna vertebral.
7. Realizar un movimiento de deslizamiento. Para ello, ir ascendiendo hasta los hombros, ejerciendo una presión suave con las manos y, seguidamente, descender. Repetir el ascenso y descenso, incrementando la presión al ascender.
8. Proseguir simultáneamente con fricciones en la espalda, descendiendo con movimientos circulares. Estos se ejercen con una presión, desplazando la piel sobre los tejidos más profundos. Repetir.
9. Realizar la maniobra de amasamiento en toda la superficie de la espalda, manteniendo las dos manos en una misma zona.
10. Realizar de nuevo un movimiento de deslizamiento.
11. Retirar los restos de loción y acomodar al paciente.
12. Registrar y comunicar las observaciones.

Observaciones

- 】 También **pueden realizarse fricciones sobre otras zonas del cuerpo** como sacro, talones, codos, etc., excepto si está contraindicado como, por ejemplo, en las úlceras por presión en talones.



<http://www.youtube.com/watch?v=fYBx1zWxP9M&feature=endscreen&NR=1>

RESUMEN

- ✓ En este capítulo hemos aprendido que, en la **higiene y el aseo del paciente**, el Técnico en Cuidados Auxiliares de Enfermería juega un papel relevante, ya que ayuda a satisfacer una **necesidad básica** fisiológica: la de estar limpio y aseado. De este modo, el Auxiliar puede contribuir a que el paciente cubra:
 - La necesidad de seguridad, por la prevención de enfermedades.
 - La necesidad de eliminación, por facilitar la colocación de la cuña y/o la botella.
- ✓ La **finalidad de la higiene y el aseo** del paciente es cubrir estas y otras necesidades que, además de aportarle beneficios físicos, ayuda a obtener **beneficios psicológicos**.
- ✓ Para lograr este nivel asistencial, este profesional sanitario ejerce su función aplicando unas **pautas generales** antes o mientras realiza un **masaje higiénico** o cualquiera de las **técnicas de aseo**. Estas tienen como objetivo mantener el buen estado de la piel, el cabello, la boca, las uñas, etc., y son: **técnicas de aseo general y parcial, colocación de cuña y botella, cambio de camisón o pijama y colocación del pañal**.
- ✓ Gracias a la ejecución de las técnicas de higiene, el Auxiliar puede observar signos relevantes en la piel, pelo, uñas y mucosas del paciente, de modo que, si además de aplicar técnicas de aseo realiza un **registro de los datos observados**, podrá ayudar a que el paciente recupere su independencia en el menor tiempo posible.

G L O S A R I O

Asepsia: estado libre de microorganismos patógenos. Conjunto de procedimientos que impiden la invasión de microorganismos sobre o dentro de un medio, es decir, en el cuerpo humano.

Flebitis: es la inflamación de la pared de una vena. Algunos de los síntomas son que la zona afectada se manifieste roja, caliente y con dolor.

Halitosis: es un síntoma o un signo que se caracteriza por mal aliento en la boca. Puede ser causado por la falta de higiene bucal. Es frecuente por la presencia de dentaduras postizas que ocasionan saliva espesa.

Hipertermia: incremento de la temperatura por encima del valor normal. Se debe a un fallo de los sistemas de disipación de calor. En esta situación, la persona sufre un aumento de la temperatura por encima de los 38 °C. Un ejemplo de hipertermia es el golpe de calor.

Masoterapia: empleo, por parte del fisioterapeuta, de diversas técnicas de masaje con fines terapéuticos, es decir, para el tratamiento de enfermedades y lesiones.

Melanina: sustancia producida por los melanocitos responsable del color de la piel y de la protección frente a las radiaciones solares.

Melanocitos: células de la capa externa de la piel (epidermis) que sintetizan melanina.

Microbicida: compuesto que es capaz de destruir microorganismos.

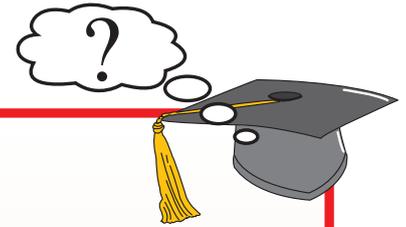
Palpebral: perteneciente o relativo a los párpados.

Periodontitis: llamada también piorrea. Es una enfermedad bacteriana que afecta al tejido de sostén de los dientes.

pH: medida de la acidez o la alcalinidad de un compuesto o disolución. La escala de pH varía entre 0 y 14, siendo el pH = 7 un indicador de la neutralidad. La piel es ligeramente ácida (pH < 7).

Queratinocito: célula que, en mayor proporción, forma parte de las estructuras de la piel.

Termorregulación: tener la capacidad de mantener el calor corporal mediante procesos fisiológicos o modificando las prendas de vestir y el entorno.



EJERCICIOS

› E1. Indica si las siguientes frases son verdaderas o falsas:

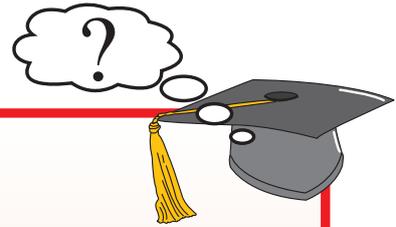
- El plan de cuidados higiénicos es un método de trabajo que permite realizar las tareas higiénicas de manera adecuada.
- Antes de ejecutar cualquier técnica de aseo, se debe explicar el procedimiento al paciente y los beneficios que le aportará.
- La botella es un recipiente plano con un hueco.
- La botella se emplea para la micción de la mujer.
- Los equipos para personas con movilidad limitada se emplean para la higiene de personas encamadas.
- Para el lavado de ojos, lavar del borde interno al externo.
- En la higiene de los oídos emplear una gasa o bastoncillos.
- La higiene genital de pacientes encamados se realiza siempre tras la eliminación de las deposiciones, al final del aseo general y cada vez que se precise.
- Cada vez que se use la cuña y/o la botella, estas deben limpiarse y desinfectarse.
- En los orificios naturales del cuerpo humano la piel se transforma y se llama mucosa.
- Los pacientes con estado febril, inflamaciones agudas o hemorragias internas mejoran su estado de salud si se les da un masaje.
- La termorregulación mantiene la temperatura corporal.
- El eritema es una mancha rojiza que no desaparece con la vitropresión.
- Las petequias son lesiones protuberantes de 1 a 2 cm de diámetro.
- La telangiectasia es una elevación de la epidermis, que contiene un líquido transparente.

› E2. Investiga a través de internet qué materiales e instrumental son necesarios para hacer una torunda con gasas. Una vez que dispongas del material y del instrumental, practica cómo se realiza la técnica para obtenerla.

› E3. Realiza un esquema donde se detallen los pasos a seguir y el material empleado en la técnica del aseo general del paciente, la dirección del lavado y el orden correcto de las distintas partes del cuerpo. Además puedes añadir las alteraciones que podemos detectar durante la higiene y el aseo del paciente.

› E4. Durante este capítulo hemos visto las alteraciones o lesiones más frecuentes que puede presentar la piel de un paciente. Busca información, ya sea en libros o en internet, sobre las siguientes lesiones: herpes zóster, candidiasis y psoriasis. Con la información que reúnas debes responder a las siguientes cuestiones:

- ¿Qué origina este tipo de lesión? ¿Qué aspecto tiene sobre la piel?



- ¿Cómo se produce o desarrolla en el cuerpo? ¿Es contagiosa?
- ¿Qué tratamiento requiere? ¿Tiene cura?
- ¿Cuáles son sus signos y sus síntomas?
- ¿Qué tipo de población la padece más (sexo, edad, hábitos de la persona)?

» E5. Practica lo que has aprendido. Con ayuda de tus compañeros prepara el material necesario para practicar las siguientes técnicas que se han descrito durante este capítulo:

- Aseo general del paciente dependiente.
- Cambio de pijama o camisón.
- Cambio de pañal.
- Limpieza de ojos.
- Higiene oral del paciente dependiente y del inconsciente.
- Colocación de la cuña en paciente colaborador y no colaborador.
- Higiene parcial genital masculina y femenina.

EVALÚATE TÚ MISMO



1. El paciente que no posee la capacidad para realizar la actividad higiénica por sí mismo es un tipo de paciente al que denominamos:

- a) Paciente independiente.
- b) Paciente parcialmente dependiente.
- c) Paciente dependiente o con alto grado de dependencia.
- d) Todas son verdaderas.

2. La higiene y el aseo aportan varios beneficios físicos a nuestros pacientes; indica la respuesta verdadera:

- a) Con la variación de la temperatura del agua se mejora el estado de salud.
- b) Con el masaje se mejora la circulación y el drenaje de líquidos en la piel.
- c) Se previene la aparición de ciertas enfermedades.
- d) Todas son verdaderas.



SOLUCIONES

EVALÚATE TÚ MISMO



http://www.aranformacion.es/_soluciones/index.asp?ID=17

