

Cuidado de la piel

por Paddy Rossbach, enfermera titulada, presidenta y directora ejecutiva de la ACA

En esta fase de la rehabilitación, su amputación debe haber cicatrizado suficientemente y puede estar utilizando un dispositivo protésico. Si este es el caso, la inspección diaria y el cuidado de la piel del muñón es esencial para el éxito con su prótesis. Los cortes menores, las ampollas y los sarpullidos pueden llegar a ser rápidamente más que una molestia si limitan el uso de su prótesis.

Cuidado diario

1. Cada día, o más a menudo si es necesario, lave el muñón con jabón suave o antibacteriano y agua tibia. Enjuague completamente con agua limpia para quitar todo el jabón.
2. Seque la piel tocándola con una toalla. Asegúrese de que el muñón esté completamente seco antes de ponerse la prótesis. Permita que se seque al aire por 15 minutos antes de ponerse la prótesis para asegurar que la piel esté completamente seca.
3. Consulte con su protésico antes de utilizar cremas hidratantes o lociones. Las lociones con base de vaselina degradan algunos tipos de fundas protésicas. Sólo use lociones hidratantes cuando la piel corra el riesgo de agrietarse o pelarse. Si una loción hidratante es necesaria, es mejor aplicarla de noche u otras veces cuando usted no esté llevando prótesis. No aplique lociones a ninguna área abierta.
4. Si es necesario, aplicar un desodorante roll-on anti-transpirante en el muñón puede ayudar a controlar el olor y el sudor. No aplique antitranspirante a ninguna área abierta.
5. No utilice los productos con base de alcohol en el muñón; éstos secan la piel y pueden contribuir a agrietarla o pelarla.
6. No afeite el muñón; la presión del encaje protésico puede causar que el vello crezca hacia adentro, llegue a ser doloroso y, en los peores casos, se infecte. Nunca utilice depilatorios químicos en el muñón.
7. Evite baños tibios prolongados en tina o jacuzzi porque éstos pueden causar mayor inflamación en el muñón.

La inspección del muñón

1. La inspección regular del muñón usando un espejo de mango largo le ayudará a identificar tempranamente problemas de piel.
2. Inicialmente, las inspecciones se deben hacer apenas se quita la prótesis. Más tarde, la mayoría de los amputados encuentran la inspección diaria suficiente para la identificación temprana de problemas de piel.
3. Inspeccione todas las áreas del muñón. Recuerde

inspeccionar la parte posterior del muñón y todos los pliegues de piel y áreas óseas.

4. Busque algún signo de irritación en la piel, ampollas o marcas rojas que no decoloren después de 10 minutos de quitarse la prótesis. Informe sobre cualquier problema excepcional de la piel a un miembro de su equipo de rehabilitación.

Cuidado diario de los pies

Para personas con amputación de extremidad inferior, es importante mantener la salud del pie que le queda. Esto es especialmente importante si usted tiene diabetes o si ha disminuido la circulación o la sensación en sus extremidades inferiores.

Su rutina diaria debe incluir lo siguiente:

1. Lave y seque el pie apropiadamente. Utilice un jabón suave, enjuáguelo completamente, y seque la piel tocándola, asegurándose de secar entre los dedos.
2. Inspeccione el pie a diario. Revise si hay ampollas, cortes y grietas.
3. Proteja el pie de heridas. Use zapatos o zapatillas siempre, y verifique sus zapatos cada vez que se los ponga para asegurarse de que no tienen desgarros, bordes ásperos u objetos cortantes.

La transpiración

La transpiración puede aumentar después de una amputación por un par de razones. Una razón tiene que ver con la reducción de superficie corporal después de una amputación. Puede estar transpirando la misma cantidad, pero se concentra sobre una superficie más pequeña del cuerpo. Otra razón es que durante el uso protésico, el muñón se encierra en un encaje completamente o parcialmente hermético que no permite que el sudor se evapore. En la mayoría de los casos, bañarse diariamente y aplicar un antitranspirante es suficiente para controlar esto. Si el olor o sudor pesado continúan molestándole, discuta otras opciones disponibles con su médico.

