



**AISLEC**

ASSOCIAZIONE  
INFERMIERISTICA  
PER LO STUDIO DELLE  
LESIONI CUTANEE

Società scientifica italiana  
a carattere interdisciplinare

# SOS *lesioni della pelle*



## **Guida per prevenire LE LESIONI/ULCERE DA PRESSIONE (da decubito)**

*Guida valutata per stile comunicativo da pazienti e cittadini*



# Che cos'è la lesione da pressione?

La lesione da pressione, più  
conosciuta come **ulcera**

**o piaga da decubito**, è una ferita  
della pelle più o meno profonda  
che può comparire nelle  
persone che sono ferme a letto  
o rimangono sedute per lungo  
tempo.

## Perché dobbiamo mantenere la pelle sana e integra?



La pelle è una barriera naturale che protegge il corpo da fattori esterni potenzialmente dannosi (per esempio germi, sostanze chimiche, punture di insetto e traumi).

La pelle contribuisce al mantenimento della temperatura corporea, elimina una grande quantità di tossine attraverso il sudore e “percepisce” le diverse sensazioni come:



- **caldo**
- **freddo**
- **dolore**
- **bruciore**

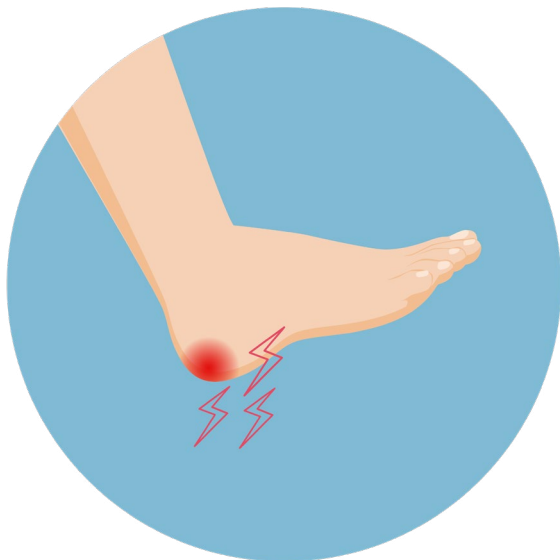
*...per questo è importante mantenere la pelle sana, integra e senza lesioni!*



# Come si forma la lesione da pressione?

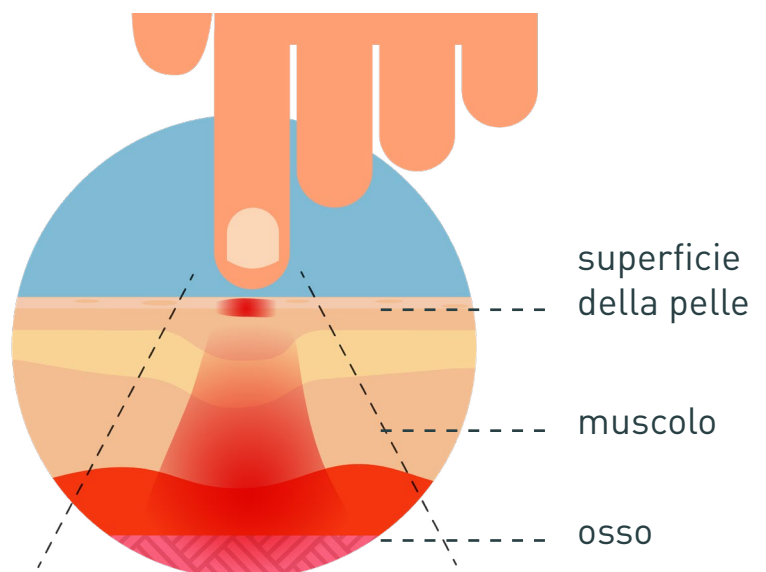
Le cause principali possono essere:

- rimanere fermi nella stessa posizione, distesi o su una sedia, per molto tempo (**più di 2 ore**);
- lasciare la pelle a contatto prolungato con sudore, urine e feci;
- stare seduti su sedie rigide o senza cuscino,
- stare stesi su materassi rigidi e poco morbidi.



Quando la persona rimane immobile per lungo tempo nella stessa posizione appoggiata su superfici rigide la pelle non riceve abbastanza ossigeno e può crearsi un **arrossamento che non scompare** (chiamato anche **I STADIO**).

Di seguito può formarsi **una bolla** simile a quella che si crea dopo una scottatura. Se la bolla si rompe può svilupparsi una lesione, cioè una ferita che può aggravarsi fino ad arrivare al muscolo e all'osso e diventare di grandi dimensioni.



La lesione da decubito può svilupparsi anche quando si usano per un lungo periodo **materiali sanitari che rimangono a contatto continuo con la pelle** (ad es. sondino per nutrizione e catetere vescicale).

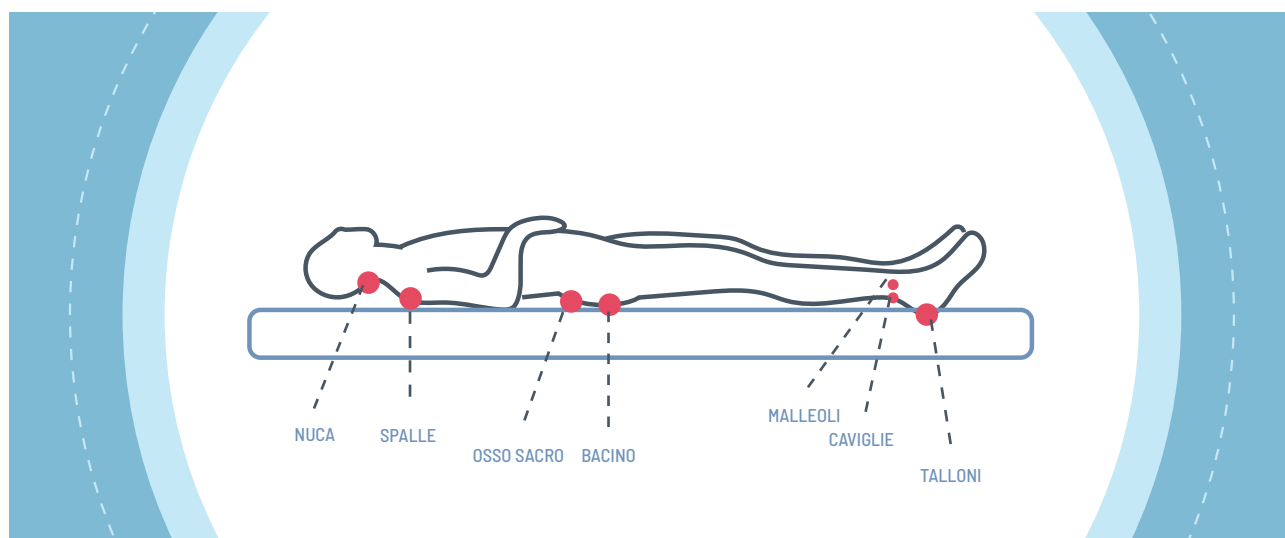
È importante prevenire la comparsa della lesione; spesso essa è molto dolorosa e difficile da guarire.

## Dove si sviluppano le lesioni da pressione?

I principali punti a rischio di sviluppare una lesione da pressione sono:

- osso sacro e la zona attorno ad esso;
- talloni;
- caviglie / malleoli;
- nuca e spalle;
- anche e ossa del bacino;

come evidenziato dal disegno.



## Chi sono le persone a rischio di sviluppare una lesione da pressione?

Spesso le persone a rischio sono quelle che rimangono ferme **per lungo tempo a letto o sedute** nella stessa posizione.

Il rischio aumenta se la persona:

- fa fatica a mangiare e a bere;
- ha la pelle **umida o rovinata** a causa del contatto prolungato con urine, feci o sudore;
- ha la pelle insensibile al caldo o al freddo e non sente il bisogno di cambiare posizione;
- ha la febbre, il diabete, ha malattie neurologiche, polmonari o cardiache;
- è in sovrappeso o è troppo magra;
- ha già una lesione da pressione o l'ha avuta in passato.

## In che modo puoi aiutare il tuo familiare/assistito a prevenire le lesioni da pressione?

Per prevenire le lesioni da pressione è importante seguire questi

### **4 accorgimenti:**

- alimentazione;
- movimento;
- igiene;
- controllo della cute.

## ALIMENTAZIONE

È importante che il tuo familiare/assistito mangi tutti i tipi di nutrienti: **proteine** (uova, carne, pesce, legumi, formaggi), **vitamine** (frutta e verdure), **carboidrati** (pasta, pane e riso) e **grassi** (per esempio olio extravergine di oliva);

- cerca di comporre i pasti in modo che siano presenti tutti i tipi di nutrienti;
- se fa fatica a mangiare o se non mangia in modo vario avvisa e chiedi consiglio al medico curante;
- se non ha appetito, proponigli **pasti piccoli e frequenti** durante il giorno;
- fai bere almeno **6-8 bicchieri al giorno** (acqua, tè, succhi di frutta), soprattutto se ha febbre, sudorazione, diarrea;
- consulta il medico in caso di: vomito, stipsi o diarrea persistenti, perdita di peso, aumento di peso e in ogni caso se hai dei dubbi.





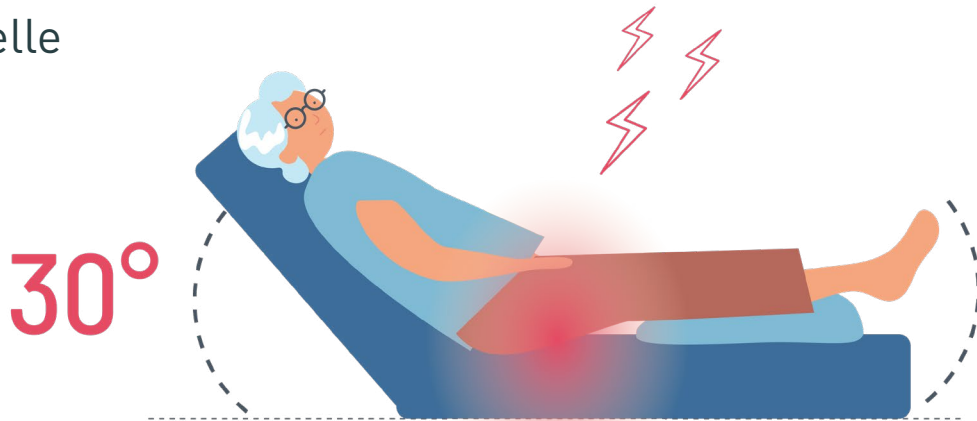
## MOVIMENTO A LETTO

- stimola il tuo familiare/assistito a fare piccoli movimenti;
- aiutalo a cambiare spesso (**almeno ogni 2 ore**) la posizione ricordandoti di non trascinarlo per evitare che la pelle si rovini sulle lenzuola;
- fai attenzione a non farti male alla schiena e se fai fatica a sollevarlo, fatti aiutare;
- lascialo seduto sul letto solo per poco tempo;
- **preferisci la posizione semi-seduta** (con la testata del letto alzata di  $30^\circ$ ): in questo caso fai attenzione che non scivoli sul letto perchè lo sfregamento della pelle sulle lenzuola può danneggiare la pelle;

## DANNO DA SFREGAMENTO



- mettilgli un cuscino sotto le gambe per **tenere sollevati i talloni** così non “pesano” sul materasso e non schiacciano la pelle



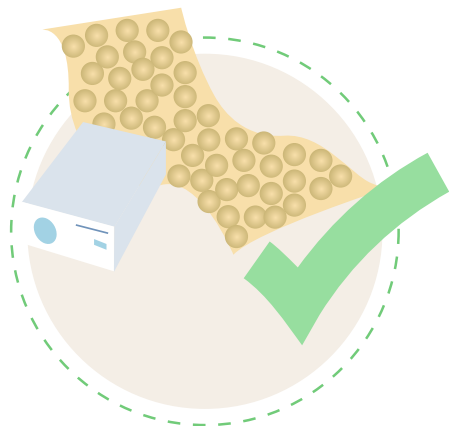
## MOVIMENTO DA SEDUTI

- è importante fargli fare piccoli **movimenti/spostamenti ogni 15/20 minuti**. Per esempio suggeriscigli di sollevarsi di poco, appoggiandosi sui braccioli e alzando il sedere dalla sedia. Questi **piccoli movimenti** aiutano a diminuire la pressione continua;
- fagli appoggiare bene i piedi sul pavimento, sul poggiatesta della carrozzina o su uno sgabello.

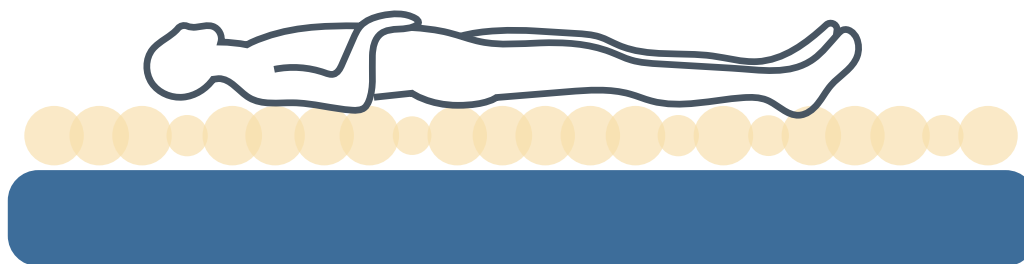


## UTILIZZO DI MATERASSI E CUSCINI ANTIDECUBITO

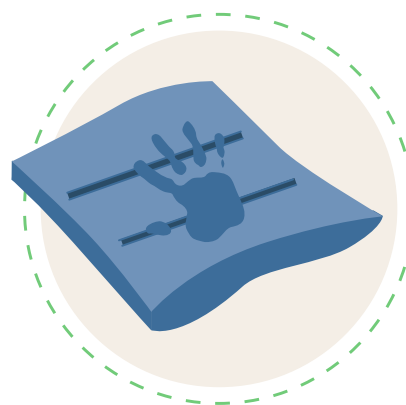
Utilizza **materassi e cuscini speciali** cosiddetti “**antidecubito**”



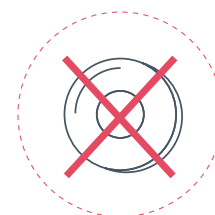
Esistono **materassi antidecubito** che si gonfiano utilizzando un motorino/compressore collegati alla corrente elettrica. Ricordati di verificare che il materasso sia gonfio e che non sia troppo gonfio o bucato.



Esistono **cuscini antidecubito** di vari modelli e materiali che hanno lo scopo di distribuire il peso del corpo e aiutano a prevenire le lesioni.



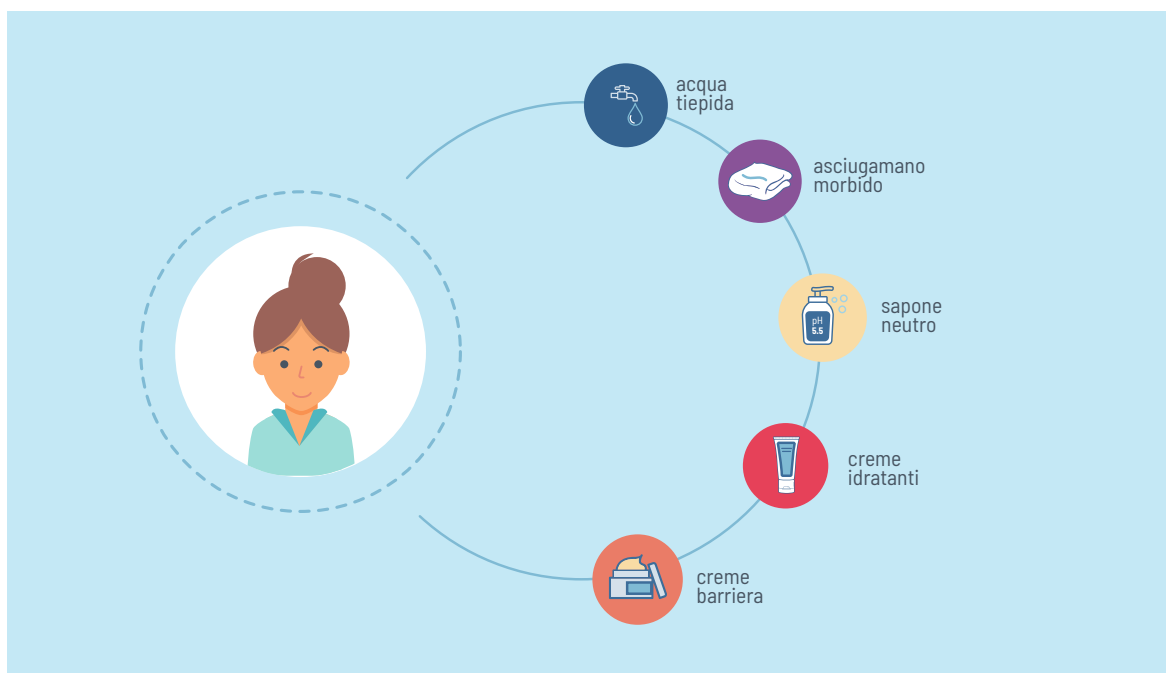
- Puoi fare richiesta per l'utilizzo di questi materassi e cuscini speciali rivolgendoti al tuo Distretto Sanitario;
- Ricordati di **non utilizzare**, sotto il sedere, le **ciambelle ad aria** o il vello di montone/pecora naturale, perché creano arrossamenti e lesioni.



## IGIENE PERSONALE

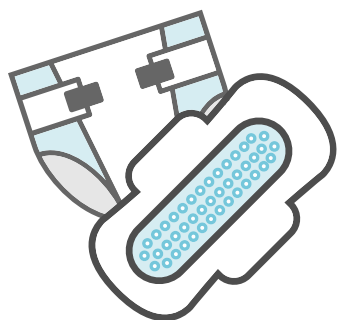
### PePIP: Pelle Pulita, Idratata, Protetta

- Mantieni la sua pelle sempre pulita: per lavarlo usa **acqua tiepida e sapone neutro** (pH 5.5);
- utilizza un panno delicato per asciugargli la pelle, cerca di **non strofinarla** e fai attenzione alle zone tra le pieghe (inguine, glutei, addome).



- idrata e nutri la pelle tutti i giorni;
- preferisci l'uso di creme idratanti, come, per esempio quelli che contengono sostanze come la **vitamina E, l'allantoina e l'acido ialuronico**;
- non usare talco perché secca la pelle e la irrita.

## PELLE PULITA E GESTIONE DELL' INCONTINENZA



- **Può essere necessario utilizzare dispositivi usati per assorbire le perdite di urine e feci;**
- Ci sono pannoloni/pannolini con diverse capacità di assorbenza affinché urine e feci siano trattenute in modo adeguato; sono di vari modelli, misure e formati per una migliore vestibilità e adattabilità alla persona (alcuni esempi: a mutanda, a striscia, a cintura, a slip, a triangolo);
- se la taglia, il modello, il tipo e il modo d'uso sono adeguati allora mantengono anche la pelle asciutta; **se la pelle rimane bagnata è a rischio di arrossarsi e rompersi** creando lesioni da pressione;
- alcuni modelli hanno al loro interno una **lozione dermo-protettiva** che aiuta a nutrire e proteggere la pelle;
- altri modelli hanno la presenza al loro interno di **prodotti che riducono** la formazione dell'**odore** tipico di urine, spesso fastidioso;
- Per avere indicazioni su quale dispositivo (pannolone/pannolino) scegliere sia per le diverse esigenze e sia sul corretto utilizzo rivolgetevi al Distretto sanitario, o al Farmacista di fiducia.

## CONTROLLO DELLA CUTE

Controlla sempre la pelle anche se usi materassi/cuscini o medicazioni speciali.



**RICORDA:** La pelle secca e con poca igiene facilita la formazione di ferite e lesioni!



### Cosa fare per prevenire e trattare l'arrossamento persistente (chiamato anche I STADIO)?

A volte, nonostante gli interventi di prevenzione, si crea un **arrossamento persistente** che è l'inizio di una lesione da pressione. È importante intervenire subito per evitare il peggioramento.

Ricordati che la pelle va mantenuta sempre pulita, asciutta, idratata e protetta attraverso l'igiene e prodotti specifici.

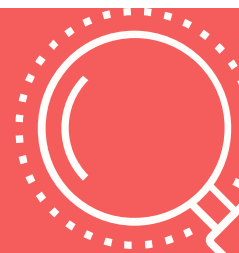
Ed è importante cambiare la posizione per evitare punti di pressione.

## Prodotti ad azione protettiva/barriera

Ci sono prodotti chiamati “barriera” utili per proteggere la pelle dall’irritazione data dal contatto continuo di urine, feci e/o sudore. Sono isolanti e resistenti all’acqua e creano una pellicola trasparente che isola la pelle. Puoi usare, per esempio i prodotti a base di **dimeticone (silicone)**, di **polimeri acrilati** che sono indicati sia per la pelle integra che per la pelle lesa oppure i **cianoacrilati**, che, oltre all’azione di barriera ad alta protezione sono indicati per la pelle lesa e riducono il bruciore e il dolore.



**IMPORTANTE:** controlla ogni giorno la pelle del tuo familiare/ assistito nelle zone maggiormente a rischio di sviluppare le lesioni e che non ci siano arrossamenti.



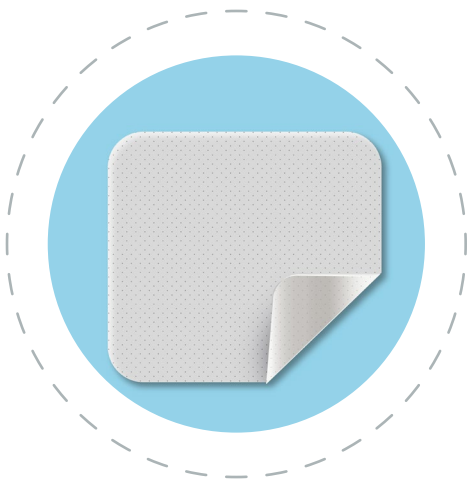
## Prodotti ad azione antimicrobica e/o antinfiammatoria

Sono prodotti che puoi utilizzare soprattutto nelle zone dove c'è maggior umidità, diminuiscono il rossore, il bruciore, e di conseguenza il dolore, assorbono l'umidità, aiutano la cicatrizzazione e quindi a "ricreare la pelle sana".

Sono prodotti che contengono **argento e suoi derivati**, **sulfadiazina argantica** anche associati all'**acido ialuronico** o al **caolino** e quelli con **ossido di zinco**.

Questi prodotti vanno applicati su pelle arrossata/infiammata, e/o con piccole ferite; pur creando una minima barriera, non sono resistenti all'acqua; devono essere riapplicati dopo ogni igiene intima e lavaggio.

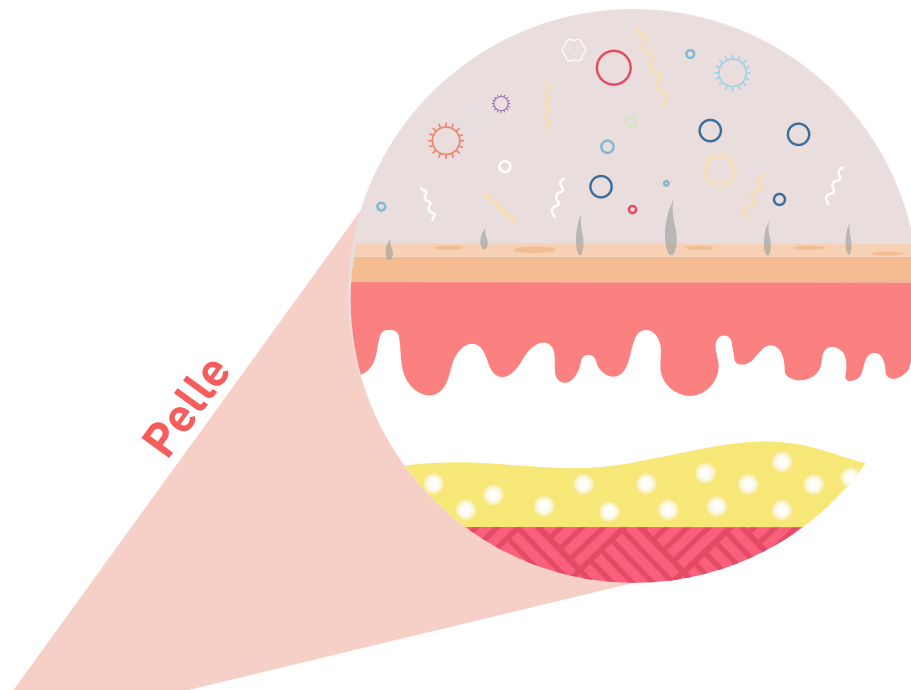
## Medicazioni speciali



Sono medicazioni che possono essere applicate sulla pelle integra ma a rischio di rompersi, aiutano a prevenire la formazione delle lesioni da pressione. Sono medicazioni a base di **idrocolloide**, **film di poliuretano**, **schiume di poliuretano** o con **silicone**.

**Chiedi consiglio al tuo sanitario di fiducia.**





## Se l'arrossamento persiste o peggiora?

Se noti che l'arrossamento non migliora o peggiora, rivolgiti al tuo medico curante, all'infermiere esperto di lesioni cutanee della tua zona, all'infermiere del tuo Distretto

## Contatti e informazioni

Ulteriori informazioni e riferimenti riguardo la lesione da pressione sono disponibili dal sito [www.aislec.it](http://www.aislec.it) o possono essere richieste a [segreteria@aislec.it](mailto:segreteria@aislec.it)



## *A cura di:*

### **AISLeC - Associazione Infermieristica per lo Studio delle Lesioni Cutanee**

Realizzato da Infermieri specialisti in lesioni cutanee  
Revisione edizione anno 2021

#### **Responsabile:**

Silvia Bond (PN)

#### **Testi di:**

Silvia Bond, infermiera specialista in wound care (Pordenone)  
Elisa Trentini, infermiera specialista in wound care (Trento)

#### **Revisione linguistica:**

Dott.ssa Chiara Cipolat Mis  
Dott.ssa Emanuela Ferrarin  
Biblioteca Scientifica e per Pazienti, CRO Aviano PN



#### **Grafica ed impaginazione**

Eleonora Pollina

## *Bibliografia*

European Pressure Ulcer Advisory Panel, National Pressure Injury Advisory Panel and Pan Pacific Pressure Injury Alliance. Prevention and Treatment of Pressure Ulcers/Injuries: Quick Reference Guide. Emily Haesler (Ed.). EPUAP/NPUAP/PPPIA: 2019

World Union of Wound Healing Societies (WUWHS) Consensus Document. Role of dressings in pressure ulcer prevention. Wounds International, 2016

NICE (National Institute for Health and Clinical Excellence). Pressure ulcers: prevention and management; 2014

Copyright © 2021 AISLeC  
Versione del 10/10/2021

Questo documento è disponibile su [www.aislec.it](http://www.aislec.it)  
È possibile stampare tutte le copie di questo documento gratuitamente.

Gli autori dichiarano di non avere conflitti d'interesse per questa pubblicazione.  
Queste informazioni intendono favorire la comunicazione tra medico e paziente e non sostituiscono quanto il medico può indicare alla singola persona.

Brochure realizzata  
con il contributo non condizionante di

**LINES**  
SPECIALIST

 **MedicAir**  
PEOPLE

 **service med**  
human wide care

**Smith+Nephew**



# AISLEC

ASSOCIAZIONE  
INFERMIERISTICA  
PER LO STUDIO DELLE  
LESIONI CUTANEE

Società scientifica italiana  
a carattere interdisciplinare