



Principios y fundamentos del baño en cama



Instituto
Nacional de
Aprendizaje

Núcleo Salud, Cultura y Artesanías



El baño de la PAM se realiza de manera asistida en la ducha, sin embargo, en algunas personas post operadas de la cadera, con reemplazo de rodilla, con secuelas de un derrame o bien por indicación médica es posible que deba realizarse el baño en la cama; por ello, en el presente recurso se abordan los principios y fundamentos de este tipo de baño.

Beneficios

Cuando la persona por motivos de salud no pueda bañarse en la ducha se deberá realizar la higiene en cama, con el objetivo de disminuir la carga de microorganismos que tengan las PAM en su piel y disminuir así el riesgo de las infecciones.

Cuidados de la piel

Previo a la ejecución del procedimiento del baño en cama se debe valorar la integridad de la piel de la PAM, buscando:

- Zonas de presión: Específicamente, donde existan prominencias óseas (huesos).
- Áreas enrojecidas.
- Lesiones en piel: Como las descamaciones, eritemas, hongos, entre otros.
- Salida de secreción.

Durante el baño se debe:

- Aplicar suficiente agua y jabón para la limpieza de la piel.
- Secar bien las áreas, con especial atención en los pliegues, por ejemplo, en las mujeres a nivel de las mamas, en la ingle o entre los pliegues del abdomen.



Posterior al baño en cama:

- Cerciorarse de que la piel de la PAM esté bien seca.
- Humectar la piel de la persona adulta mayor.
- Evitar colocar crema en los espacios interdigitales (entre los dedos).

Promoción de la autonomía

Aplicando la escala de Barthel se mide el nivel de dependencia o independencia de la PAM, mismo que se debe tomar en cuenta a la hora de ejecutar el baño en cama y permitir que la persona realice las actividades de la vida diaria, que su condición le permita.

Consideraciones para el respeto de la dignidad, gustos y preferencias de la PAM

Implementar acciones como:

- Colocar biombo o cerrar la puerta de la habitación de la PAM.
- Cerrar las ventanas para evitar corrientes de aire.
- Retirar la ropa de la persona adulta mayor por áreas. Ejemplo: se inicia limpiando la cara de la PAM, por lo que la ropa no se debe retirar. Cuando se lave el tórax, se retira únicamente la camisa, dejando el pantalón, sábana o paño cubriendo a la PAM y así sucesivamente.
- Después de que se ha realizado el baño en cama, mantener el paño cubriendo a la PAM, evitar dejarla sin cubrir durante el procedimiento.





- Mientras se realiza el baño en cama no referirse a situaciones personales propias o de la PAM, se recomienda discreción.

Principios asépticos

Se deben seguir los siguientes:

- Lavado de manos antes y después de ejecutar el procedimiento.



[This Photo](#) by Unknown Author is licensed under [CC BY-NC-ND](#)



[This Photo](#) by Unknown Author is licensed under [CC BY-NC-ND](#)

- Uso de equipo de protección personal.



[This Photo](#) by Unknown Author is licensed under [CC BY-NC-ND](#)

- Descarte de residuos bioinfecciosos en bolsas rojas.

- Cuando se realice el baño realizarlo de arriba hacia abajo, de la cabeza hacia los pies. Se deja el área genital y anal de último.

- Utilizar varios paños:
 - Cara.
 - Tórax y abdomen.
 - Extremidades superiores.
 - Extremidades inferiores,
 - Espalda,
 - Genitales y ano.



- Descartar los paños que están contaminados.
- Separar la ropa limpia de la ropa sucia.
- Colocar la ropa sucia en bolsas específicas para su transporte.
- Evitar no mojar mucho a la PAM, secar bien el colchón al finalizar el procedimiento.
- El colchón se debe limpiar y desinfectar con regularidad, al igual que la cama de la PAM.

Prevención del riesgo

Cuando se realiza el baño en cama, uno de los principales riesgos a los que se ve expuesto la PAM son las caídas, en caso de que no se coloque la baranda o bien un golpe cuando se realizan los cambios de posición; por lo que para evitarlos es importante:

- Preparar todos los insumos requeridos para ejecutar el baño en cama.



[This Photo](#) by Unknown Author is licensed under

- No dejar solo a la PAM, en caso de que tener que hacerlo se debe dejar con las barandas en alto.
- Realiza el baño entre dos personas como mínimo.



- Evitar movimientos bruscos en cama, implementar las técnicas para la movilización de la PAM en la cama.
- La persona asistente debe mantener la ergonomía para evitar lesiones músculo esqueléticas, como la: espalda recta, rodillas flexionadas, manteniendo un pie adelante y otro atrás, uso de los músculos de las piernas, sin forzar los de la espalda.



Materiales

Es importante tenerlo listo y cerciorarse de que no hace falta nada, porque se debe de permanecer en todo momento con la PAM.

- Sábanas:
 - La que cubre el colchón.
 - Ahulado.
 - Movable.
 - La que cubre a la PAM.
 - Cobija.
- Paño para secar.
- Paño para lavar o esponja.
- Jabón.
- Shampoo.
- Palangana con agua jabonosa.
- Palangana con agua limpia.
- Ropa de la PAM.
- Calzado de la PAM.
- Pañal.
- Crema para aplicar en región anal.
- Artículos personales: crema, desodorante, cepillo, colonia.



[This Photo](#) by Unknown Author is licensed under [CC BY-SA](#)



A manera de cierre, el baño en cama se debe ejecutar como última opción, únicamente cuando no exista la opción de llevarlo a la ducha, y corresponde a una limpieza superficial con esponjas o paños, se debe tener cuidado de no mojar mucho el colchón de la cama de la PAM, la humedad provoca el crecimiento de microorganismos con los hongos.

Aspectos importantes y de manera resumida a tener en cuenta, cuando ejecuta el baño en cama:

- Principios de seguridad: subir la baranda de la cama, permanecer siempre con la PAM.
- Aplicar principios de ergonomía: Espalada recta, rodillas flexionadas.
- Realizar el procedimiento mínimo entre dos personas
- Respeto a la PAM: no dejarla desnuda, respetar gustos y preferencias
- Aplicar principios de asepsia: Lavado de manos, uso de EPP, descarte de residuos, limpieza de lo más limpio a lo más sucia, hacerlo cefalocaudal (de la cabeza a los pies), cambio de paños para colocar y retirar el jabón, uso de varias palanganas.

En el recurso No. 17 se detalla el paso a paso del baño