



# Plan de trabajo baño y acicalamiento



Instituto  
Nacional de  
Aprendizaje

Núcleo Salud, Cultura y Artesanías



El acicalamiento de la PAM incluye el afeitado y cuidados de las uñas, procedimiento que se detalla en el presente recurso.

## Afeitado de la Persona Adulta Mayor

1. Realizar el lavado de manos y la colocación de guantes.
2. Indicar a la PAM la asistencia que va a recibir y solicitar el permiso respectivo para efectuarlo.
3. Seleccionar el espacio físico para realizar el procedimiento, según la condición de la persona:
  - Baño.
  - Unidad de la persona: en la cama.
  - Habitación.
4. Preparar el equipo.
5. Cubrir con una toalla grande el tórax (pecho), para evitar que se moje la ropa o sábanas, si permanece en la cama.
6. Colocar una toalla pequeña humedecida con agua tibia con la temperatura recomendada por algunos minutos, con cuidado de no quemar al adulto mayor.
7. Aplicar el jabón sobre la cara con la brochita o espuma/gel.
8. Utilizando la máquina desechable comience a lo largo de las patillas con breves movimientos hacia abajo, rasurar en dirección en la que crece la barba.



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



9. Alrededor de nariz, boca y cuello estire la piel y rasure con mucho cuidado, deslizando la máquina muy suavemente.
10. Enjuague la máquina de afeitar en agua tibia, para que salga los restos de vello, continúe rasurando hasta terminar.
11. Finalmente, enjuague el rostro, retire todos los residuos de jabón, seque muy bien, pero suavemente.
12. Aplique la loción para después de afeitar con las palmas de las manos (si el adulto mayor lo desea).
13. Deje al adulto mayor cómodo.



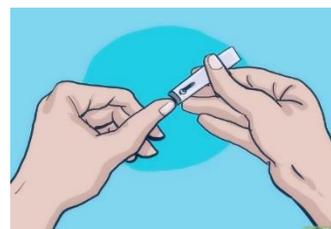
# Acicalamiento de las uñas de la Persona Adulta Mayor

1. Realizar el lavado de manos y la colocación de guantes.
2. Indicar a la PAM la asistencia que va a recibir y solicitar el permiso respectivo para efectuarlo.
3. Seleccionar el espacio físico para realizar el procedimiento, según la condición de la persona:
  - a. Baño,
  - b. Unidad de la persona: en la cama,
  - c. Habitación,
4. Preparar el equipo.
5. Introducir los pies en una palangana con agua jabonosa por 3 minutos.



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

6. Secar los pies con toalla desechable.
7. Cortar las uñas de manera recta.



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



8. Limar en caso requerido.



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

9. Introducir en los pies en palangana con agua por 1 minuto.

10. Secar los pies.

11. Realizar masaje en dirección al corazón (masaje hacia arriba).

Dejar espacios interdigitales sin crema.

12. Deje al adulto mayor cómodo.

Para el cuidado de las uñas de las manos se hace el mismo procedimiento.

En caso de que estén esmaltadas, se retira primero el esmalte y después se continúa con el paso a paso.

El cuidado de las uñas y afeitado es parte fundamental en la asistencia de la PAM, lo que afecta la autoimagen y sensación de bienestar de la persona. Es importante, que se comunique con el personal médico y de enfermería previo a realizar ambos procedimientos, para identificar si existen cuidados especiales a tomar en cuenta; ejemplo persona con diabetes (no se puede tratar las uñas con material punzocortante) o personas que estén anticoaguladas (tener cuidado a la hora de afeitado).