

Desenvolvido  
por:



**epuap**

EUROPEAN  
PRESSURE  
ULCER  
ADVISORY  
PANEL



# ALGORITMO DE AUTO-AVALIAÇÃO DO RISCO DE DESENVOLVIMENTO DE ÚLCERAS/LESÕES POR PRESSÃO

## AVALIAÇÃO DO RISCO DE DESENVOLVIMENTO DE ÚLCERAS/LESÕES POR PRESSÃO: ALGUMA DESTAS SITUAÇÕES SE APLICA A SI?

- Rubor da pele sobre zonas de proeminências ósseas
- Mobilidade/atividade reduzida
- Pele exposta à humidade
- Défice nutricional
- Desidratação

**NÃO: NÃO HÁ RISCO  
DE DESENVOLVIMENTO  
DE ÚLCERAS/LESÕES  
POR PRESSÃO**

**SIM: HÁ RISCO DE DESENVOLVIMENTO  
DE ÚLCERAS/LESÕES POR PRESSÃO / ESTÃO  
PRESENTES DANOS E/OU LESÕES NA PELE**

### PRÓXIMOS PASSOS:

- Contate o seu enfermeiro ou médico de família
- Siga as recomendações dos profissionais sobre a prevenção e os cuidados a adoptar

## IMPLEMENTE UM PLANO DE CUIDADOS PREVENTIVO

se houver:

### Mobilidade/atividade reduzida:

- Mude de posição regularmente
- Utilize dispositivos para aliviar a pressão, as forças de fricção e o cisalhamento
- Utilize superfícies de apoio (colchões ou almofadas)

### Pele exposta à humidade:

- Faça a gestão da incontinência
- Mantenha a sua pele limpa e seca
- Utilize roupas e lençóis feitos de materiais naturais
- Utilize produtos de proteção cutânea sobre as zonas de proeminências ósseas
- Se recomendado, utilize pensos profiláticos sobre as zonas de proeminências ósseas

### Défice nutricional:

- Garanta que a sua nutrição é adequada e rica em proteínas, vitaminas e minerais
- Utilize suplementos nutricionais conforme indicado

### Desidratação:

- Certifique-se que tem uma ingestão adequada de líquidos
- Monitorize a sua ingestão de líquidos

### Dor:

- Aplique métodos não farmacológicos para o controlo da dor
- Tome a medicação para a dor de acordo com a prescrição

**SE A SUA CONDIÇÃO  
SE ALTERAR, REPITA  
A AUTO-AVALIAÇÃO  
DO RISCO DE  
DESENVOLVIMENTO  
DE ÚLCERAS/LESÕES  
POR PRESSÃO E/OU  
ENTRE EM CONTATO  
COM O SEU  
ENFERMEIRO OU  
MÉDICO DE FAMÍLIA O  
MAIS RÁPIDO  
POSSÍVEL!**