

Prómeplan

Programa de información y apoyo dirigido a cuidadores y familiares de pacientes con demencia

Inmovilidad, úlceras por presión



A lo largo de la evolución de la enfermedad se produce un deterioro funcional de forma inevitable, que a largo plazo desemboca en una inmovilidad mayor o menor; habitualmente en la fase final los pacientes han de permanecer confinados en cama la mayor parte del tiempo.

La inmovilidad produce múltiples efectos perjudiciales en el cuerpo humano, destacando los vasculares y los que se producen sobre el sistema musculoesquelético. Ya hemos comentado en apartados anteriores como el cuerpo humano está en un continuo equilibrio dinámico durante el movimiento, lo que no solo requiere un control nervioso muy afinado (y que se va “entrenando con el tiempo”) sino que además hace que los huesos y los músculos reciban las presiones y los estímulos propios de la lucha contra la gravedad y se fortalezcan en consecuencia. La ausencia de este estímulo que obliga a músculos y huesos a “luchar” contra la gravedad hace que se atrofien, perdiéndose la masa muscular de forma muy rápida y también la calcificación ósea. Esto determina un círculo vicioso, por el cual, la persona que deja de caminar y se inmoviliza, pierde masa muscular, se atrofia y cada vez le resulta más difícil volver a caminar. También se produce una redistribución del líquido corporal y una disminución de los reflejos que hacen que se mantenga la tensión arterial al incorporarse.

Es muy importante que si la causa que ha producido la inmovilidad no es definitiva y puede resolverse, se hagan todos los esfuerzos posibles para solucionarla cuanto antes y se movilice de nuevo al paciente de forma precoz para evitar el círculo vicioso descrito antes. Mientras dura la inmovilidad, todos los ejercicios musculares que pueda realizar e intentar levantar de la cama al paciente precozmente serán de mucha utilidad para prevenir esta complicación.

Por desgracia, en muchas ocasiones es la propia evolución de la enfermedad la que hace totalmente imposible que el paciente pueda caminar; se produce una degeneración del sistema nervioso que no es capaz de coordinar los estímulos necesarios para la marcha de forma



Programa de información y apoyo dirigido a cuidadores y familiares de pacientes con demencia

adecuada, el paciente conserva la fuerza pero “no sabe caminar”, es incapaz de realizar los movimientos coordinados necesarios. En estas circunstancias, a las que se llega en las fases avanzadas, es necesario que el paciente permanezca sentado durante todo el día y en las últimas fases incluso no se mantiene el control adecuado del tronco estando sentado y es necesario que permanezca durante todo el tiempo en la cama.

Una vez que se ha llegado a esta situación, es muy importante prevenir las complicaciones que pueden presentarse. Una de ellas es la aspiración de alimento, es decir, el paso de alimentos durante la ingesta a las vías respiratorias y a los pulmones; ya hemos tratado este tema anteriormente por lo que abordaremos otra gran complicación, las llamadas úlceras por presión.

Estas heridas en la piel se producen por la continua presión del peso del cuerpo sobre la cama, lo que impide la circulación de la sangre y lesiona los tejidos. Los lugares más característicos son aquellos en las que se produce más presión, típicamente la zona sacra y los talones, aunque pueden presentarse en cualquier otra localización donde se sufra una presión continuada. En el sacro, la presencia de humedad producida por la incontinencia urinaria y fecal también contribuye a irritar y macerar la piel, facilitando su ulceración.

Las úlceras por presión se clasifican en grados, de 1 a 4 según la profundidad del tejido afectado y es muy importante insistir en la importancia de su prevención, ya que úlceras que se desarrollan en solo dos o tres días pueden tardar semanas o meses en curar.

La clave para su prevención es aliviar la presión que sufren los tejidos, para lo que debemos realizar cambios de postura nocturnos frecuentes y también usar unas superficies adecuadas que distribuyan más la presión. También disponemos de los denominados colchones de presión alternante, que mediante unas cámaras de aire hinchables (similares a las de los colchones de playa) que se inflan y desinflan de manera alterna, cambian de forma alternativa la superficie corporal sobre la que se distribuye la presión.

Una vez que ya se han producido es importante curarlas regularmente utilizando productos que retiren el tejido muerto y fomenten la cicatrización y tratar de evitar las infecciones que pueden complicar su evolución. En estas circunstancias es fundamental la participación de su equipo de Atención Primaria que con sus conocimientos contribuirán a evitar las complicaciones y resolver la situación en el menor tiempo posible.