



GUÍA Y CONSEJOS

HIGIENE

CORPORAL

El aseo/baño consiste en proporcionar al anciano una sensación de bienestar para mejorar su autoestima, ayudar a mejorar la integridad de la piel, evitando la acumulación de secreciones.



DIPUTACIÓN
DE ALMERÍA

CONSEJOS PRACTICOS PARA LA REALIZACIÓN DEL ASEO Y EL BAÑO:

- Mantenga condiciones adecuadas de (iluminación, temperatura del agua y de la habitación).
- Prepare todos los utensilios que vaya a necesitar antes de comenzar el baño (toalla, champús, gel, cremas hidratantes, etc.)
- Utilice jabones que sean neutros.
- Realice la higiene por partes.
 - > Seque las zonas suavemente, sin frotar, haciendo hincapié en los pliegues cutáneos (como axilas, mamas, ingles y entre los dedos).
- Hidrate la piel con leche corporal y cremas.

CONSEJOS PRACTICOS PARA LA REALIZACIÓN DEL ASEO Y EL BAÑO:

Entendemos por BAÑO la inmersión en el agua de la totalidad o parte del cuerpo.

- Se aconseja realizar la DUCHA sentado.
- Debe realizarse 2 o3 veces por semana para eliminar los restos de sudor y la suciedad de la piel.
- Colocar alfombrillas dentro y fuera de la ducha o bañera.
- Realice la higiene por partes.

COMO REALIZAR LA HIGIENE POR ZONAS CORPORALES:

CARA Y CUELLO:

La cara y cuello se limpiará con una toalla mojada y aplicaremos crema facial.

OJOS:

Con una gasa o una toalla mojada, por una esquina, en agua templada, manzanilla o suero fisiológico. Limpiaremos suavemente desde la parte interna a la parte externa.

OIDOS:

Mojamos una esquina de la toalla y limpiamos el oído, basta con que el pabellón auricular quede limpio. No utilizar bastoncillos. Si utiliza audífono, retirar al acortarse y limpiar con una toallita la parte que se introduce en el pabellón auricular y dejar abierto el compartimento de la pila. Limpiar el molde del audífono con solución antiséptica (atendiendo a las indicaciones del fabricante).



DIPUTACIÓN
DE ALMERÍA