

Hablemos Acerca De...

La espina bífida y el cuidado de la piel

Los niños con espina bífida son más propensos a presentar problemas de la piel porque su movimiento es limitado y tienen debilidad muscular, falta de sensibilidad y mala circulación. La piel puede agrietarse debido a la presión, a quemaduras o a golpes. Los siguientes consejos pueden ayudar a su niño a evitar los problemas de la piel.

¿Cómo puede evitar mi niño que se le agriete la piel debido a la presión?

Para ayudar a evitar que a su niño se le agriete la piel:

- Revise diariamente la piel en busca de enrojecimiento, sequedad o zonas donde haya supuración.
- Revise cuidadosamente la piel que está en contacto con los pliegues de la ropa, los calcetines con arrugas, los zapatos y los aparatos ortopédicos en busca de llagas.
- Aliente a su niño a que cambie de posición de un lado al otro cada 30 minutos. Si está en silla de ruedas, hágalo hacer flexiones de brazos en posición sentado (levantarse del asiento de la silla con los brazos o los apoyabrazos). También puede hacer movimientos para liberar la presión (cambiar de posición en la silla de ruedas).
- Aumente gradualmente el tiempo que su niño utiliza un nuevo aparato ortopédico y revise para ver si tiene zonas enrojecidas (marcas de presión). Si no las hay, su niño puede seguir usando el aparato ortopédico. Si aparecen marcas de presión, retire el aparato ortopédico y póngase en contacto con la enfermera o los terapeutas del consultorio para que puedan hacer cambios.
- Haga que su niño use un buen cojín cuando viaje en automóvil y aliéntelo para que haga movimientos para aliviar la presión.
- Asegúrese de que la silla de ruedas sea del tamaño correcto para su niño y de que esté bien acolchada.

¿Cómo puede su niño evitar los problemas de la piel por quemaduras?

Para evitar las quemaduras:

- Si es necesario, haga que su niño use protector solar, un sombrero, camiseta de mangas largas y pantalones largos cuando se exponga al sol durante mucho tiempo.
- Asegúrese de que el agua para el baño no esté muy caliente. Si el niño es pequeño, vigílelo de cerca para asegurarse de que no abra el agua caliente mientras se está bañando. Si su niño es mayor, enséñele cómo controlar la temperatura del agua antes de llenar la bañera.



- No permita que su niño esté muy cerca del vapor de una estufa o un lavavajillas.
- No deje que su niño use almohadillas térmicas, mantas eléctricas ni botellas de agua caliente.
- Revise los conectores de metal y los cinturones de seguridad de los automóviles y las sillas de ruedas que hayan estado expuestos al sol. Aparque el automóvil o deje la silla de ruedas a la sombra siempre que sea posible.
- Haga que su niño use zapatos o calcetines cuando camine sobre hormigón o sobre arena, y calcetines de neopreno en las piscinas.
- No apoye platos ni tazas calientes sobre el regazo de su niño.
- Asegúrese de que la piel de su niño no tenga contacto directo con las superficies calientes, por ejemplo, los juegos infantiles de exterior, las aceras, las calles, los cajones de camioneta, los tubos de escape de los automóviles o las motocicletas, así como los reposapiés de la silla de ruedas.

¿Cómo puede mi niño evitar rupturas en la piel por golpes y rasguños?

Para proteger a su niño de los golpes y rasguños:

- Manténgale los pies limpios y secos.
- Córtale las uñas en línea recta para evitar que se le formen padrastrós.
- Cúbrale los pies cuando esté en una piscina.
- Haga que use zapatos en todo momento cuando esté al aire libre.
- Retire los objetos cortantes del piso de afuera.
- Atienda inmediatamente los cortes, golpes, rasguños o arañazos de su niño para evitar más problemas.

¿Cómo debo enseñarle a mi niño a revisarse la piel?

Enséñele a su niño a revisarse la piel como parte de su rutina diaria, una vez que tome conciencia de su cuerpo y sea capaz de vestirse solo. Cuando comience con el aprendizaje, puede colocarle pequeñas pegatinas en todas las zonas del cuerpo que se debe revisar. Simplemente retírelas después de que su niño se revise la piel.

Su niño debe:

- Revisarse cuidadosamente los pies y las piernas todas las mañanas y las tardes para ver si tiene irritación de la piel, ampollas, enrojecimiento y puntos de presión.
- Revisarse entre los dedos de los pies en busca de úlceras, grietas y pelusas.
- Usar un espejo de mano para ver todas las zonas de la piel, incluidas las nalgas y la parte baja de la espalda.
- Informarle sobre cualquier irritación de la piel, ampolla, enrojecimiento o punto de presión.
- Estar atento a las úlceras de presión, las quemaduras o la irritación de la piel en la escuela o mientras está fuera de casa, a medida que crece.

Si una mancha roja no desaparece en el término de 10 minutos, su niño no debe poner presión sobre esa zona.

Si la mancha roja se debe a los zapatos o a los aparatos ortopédicos, llame a la tienda de dispositivos ortopédicos y programe una cita para que los reajusten. Llame al médico si a su niño se le forma una llaga abierta.

¿Cómo debo tratar las ampollas, rozaduras o irritaciones?

Para tratar los problemas de la piel de su niño:

- Haga que su niño deje de usar zapatos o aparatos ortopédicos hasta que la irritación desaparezca.
- Evite colocarle vendas adhesivas, protectores para callos y cinta adhesiva en los pies. Si es necesario, puede usar pequeños apósitos de gasa y sujetarlos con los calcetines de su niño.
- Deje las zonas irritadas al aire por lo menos 3 o 4 veces al día, durante unos 20 o 30 minutos. La hora de comer, la hora de la siesta y la noche son buenos momentos para dejar descubiertos los pies. Cuando su niño juegue en el suelo, cúbrale los pies y las piernas, y póngale pantuflas acolchadas.
- Haga que su niño sumerja las zonas irritadas en agua tibia durante por lo menos 10 minutos por la mañana, por la tarde y por la noche. Esto limpiará la zona irritada y favorecerá la cicatrización.
- Seque bien las zonas después de remojarlas en agua tibia. Lo mejor es dejar que se sequen al aire libre.

Si una llaga no se cicatriza u observa que tiene pus o líquido, llame al médico de su niño.

Preguntas para mi médico

Spina bifida and skin care

Intermountain Healthcare cumple con las leyes federales de derechos civiles vigentes y no discrimina por motivos de raza, color, nacionalidad, edad, discapacidad o sexo. Se ofrecen servicios de interpretación gratuitos. Hable con un empleado para solicitarlo.