

Instrucciones generales para la realización de compresas y envolturas

Material para las compresas y envolturas

Los tamaños de los paños que han demostrado ser convenientes y que se utilizan para todas las partes del cuerpo de superficies planas y amplias:

- **Paño interno = Paño de la sustancia** (algodón liso de doble capa) aprox. 28 cm de ancho
- **Paño intermedio** (algodón peinado de doble capa o tela de toalla) aprox. 32 cm de ancho
- **Paño externo** (tejido de lana o moletón o toalla) aprox. 36 cm de ancho

El **largo** de 140 cm es igual para todos los paños.

La longitud en las **envolturas para niños** es una vez y media la circunferencia de la parte superior del cuerpo.

Para el **ancho** se mide de la cintura hasta la axila.

Para las **compresas y envolturas** con aceite y las cataplasmas pueden utilizarse paños de algodón viejos (pañuelos viejos, paños de cocina, sábanas viejas que se pueden cortar en pedazos).

Preparación del paciente, material y de la habitación

Paciente

- Intervalo mínimo desde la última comida, media hora.
- Vaciar la vejiga antes de la aplicación
- Los pies deben estar calientes! en caso contrario aplicar una bolsa de agua caliente o hacer un baño de pies (o sino está el riesgo que el calor proveniente de la envoltura ascienda a la cabeza y los pies se enfríen aún más).
- Retirar todas las prendas de vestir apretadas, también relojes, joyas etc.

Habitación Ventilar bien la habitación, que esté cálida, sin corrientes de aire, sin ruidos de fondo y sin que haya luz directa sobre los ojos, esto también es válido para el reposo (mire abajo).

Material Todo lo que es necesario para la realización del procedimiento, prepararlo con anterioridad y dejarlo a mano al lado de la cama: rollos para apoyar las rodillas, cojín pequeño para la nuca, utensilios para la envoltura. Bolsa de agua caliente: llena y caliente (pero no demasiado llena ni caliente), sacar el aire (= poner la bolsa de agua caliente en posición plana sobre la mesa, manteniendo la boca de llenado en posición vertical, de manera que todo el aire pueda escapar).

Posición y procedimiento

En lo posible posición supina. Si es necesario posición semisentada con apoyo de los brazos Extender el paño externo y el intermedio sobre la cama a la altura de la parte corporal correspondiente, el paciente se acuesta encima, los paños son amoldados uno tras otro sobre el paño que contiene la sustancia.

Colocar el rollo (o algo similar) debajo de las rodillas, cubrir al paciente incluyendo los hombros. En la región del cuello evitar aprietes estrecheces. En caso de sentimiento opresivo en la región cardiaca y/o dificultad respiratoria, dejar las manos descubiertas.

Poner una pequeña almohada en la nuca, de modo que el paciente no tenga que sostener la cabeza por sí mismo. Retirar la bolsa de agua caliente de los pies!. Cubrir los pies, también por los lados sin presionar los dedos. No tirar de la manta bajo los talones.

Temperatura Compressa o envoltura húmeda-caliente: con el paño caliente probar tanteando la zona corporal que corresponde y luego aplicarlo lo más caliente posible.

En estados febriles a partir de aprox. 39°C: elegir solución para la envoltura 2 °C más fría que la temperatura corporal, esta actúa refrescando.

Preparación de la solución o té verter un litro de agua hirviendo sobre una cucharada sopera de yerba seca, dejarla remojar de 3 a 5 minutos y colarla a un termo

Esencias una cucharadita de té en una taza de agua o una cucharada sopera en aprox. 1/2 litro de agua.

Reposo a cada compresa o envoltura tiene un periodo de reposo. Este comienza al retirar el material de la compresa y es una parte esencial del procedimiento. Lo establecido son 30 minutos.

Seguimiento Después de retirar los paños, enjuagar el paño interior en agua pura y colgarlos todos a secar; los paños pueden usarse varias veces. Los paquetes de cataplasmas, se usan solo una vez.

Instrucciones: envoltura de vejiga con aceite de eucalipto

Particularidades

- Precaución en el embarazo, lactancia y en niños pequeños (consultar al médico)

Material

- Aceite de eucalipto al 10%
- Paño interno (doblado en cuatro del tamaño de la zona a tratar)
- Cojín caliente: en lo posible de lana natural o un paño de lana del tamaño correspondiente (aprox. 1-2 cm más grande que el paño que porta la sustancia)
- Paño externo
- Bolsa de agua caliente
- Bolsa de plástico (las que se suelen emplear para los alimentos, por ej. bolsa para el congelador) para calentar y conservar el paño interno.

Procedimiento de aplicación

- Embeber el paño interno con aproximadamente 30 gotas del aceite, doblarlo una vez más y colocarlo así en la bolsa de plástico (antes de cada uso agregar algunas gotas más dependiendo del aroma)
- Llenar la bolsa de agua caliente y colocar sobre ella la bolsa con el paño embebido en aceite (para calentar el paño)
- Colocar el cojín caliente alrededor de la bolsa de agua caliente (en caso de pacientes postrados en cama envolver también la bolsa de agua caliente con el paño externo)
- Dejar que todo se caliente un mínimo de cinco minutos.
- Sacar el paño interno de la bolsa de plástico, abrirlo y ponerlo con la parte aceitosa directamente sobre la piel de la región vesical. Por encima se coloca el cojín caliente y se envuelve la parte inferior del abdomen con el paño externo.
- Variación: en situación ambulatoria se puede colocar el paño con aceite y el cojín calórico directamente en la ropa interior sobre la región vesical.
- Es imprescindible que previamente los pies del paciente estén calientes previa aplicación (en caso contrario colocar la bolsa de agua caliente sobre los pies).
- Duración de la aplicación: mínimo 30 minutos y 30 minutos de descanso posterior.

Procedimiento posterior

- Luego de la aplicación guardar el paño embebido en aceite en la bolsa de plástico de modo que pueda ser reutilizado durante un largo tiempo.