

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 Compresa 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.

Guía del procedimiento: Envoltura pulmonar de milenrama

Características especiales

En el caso de esta envoltura se deberá proceder con la siguiente dificultad: Queremos abordar el área pulmonar y bronquial (no los órganos abdominales superiores). Sin embargo las toallas deben pasar por debajo de las axilas, sin atascarse. La respiración también debe fluir libremente. Aún así, la envoltura debe quedar bien ajustada. La experiencia ha demostrado que generalmente se la coloca demasiado bajo.

La **temperatura** de la envoltura depende de la temperatura corporal del paciente:

- En el caso de temperaturas superiores a 39.5 la temperatura de la envoltura debería estar aproximadamente 2 grados más baja que la temperatura corporal.
- En el caso de una temperatura corporal inferior a 38.8 grados C, procuraremos que la envoltura esté tan caliente como el paciente pueda soportarla. En este caso es recomendable precalentar las toallas secas, pues de lo contrario la envoltura se enfriará demasiado rápido.

En el área fronteriza entre estos valores de temperatura, acordaremos con el paciente si quiere que la envoltura esté caliente o fría. El estado de salud y el estado de conciencia del paciente también son indicativos.

Material

- Té de milenrama (flores y hojas), 1 cucharada
- pequeño recipiente para preparar la solución de la envoltura.
- ½ litro de agua hirviendo
- 1 tazón pequeño
- 1 tamiz
- paño exterior
- paño intermedio
- paño interior
- 2 bolsas de agua caliente, con relleno plano (si no hay fiebre alta)

Implementación de la aplicación

Preparación

- Envolver el paño exterior e intermedio en bolsas de agua caliente y colocarlas en la cama
- Se prepara al paciente (ver instrucciones generales) y se acuesta en la cama
- Preparar el té para la solución de la envoltura y colar dentro de un recipiente
- Colocar el paño interior enrollado desde ambos lados en la solución, de manera SUELTA/ NO APRETADA
- Alinear el paño externo y el intermedio a la altura del pecho horizontalmente y en el medio de la cama. El paciente se acuesta boca arriba. Ayuda para la colocación: el paciente estira los brazos a izquierda y derecha de la cabeza, y entonces se colocan los paños secos hasta la mitad de las axilas

Aplicación de la envoltura

- El paciente se vuelve a sentar, escurrir el paño interior, apoyarlo encima de la espalda y desenrollarlo hasta los costados de la parte superior del cuerpo.
- El paciente se recuesta, con los brazos estirados hacia arriba, se continúa desenrollando el paño húmedo sobre el pecho, se dobla uno sobre el otro e inmediatamente se cubre con el paño intermedio

- Ahora se realiza una corrección del paño intermedio: SOLO se ajustan los bordes, para evitar el enfriamiento por evaporación en el borde. En el medio de la envoltura se forman pliegues sueltos, por lo que los senos de las mujeres *no* se llegan a apretar.
 - Luego cruzar el paño exterior por encima y proceder de la misma manera. El paño húmedo debe estar completamente cubierto por el paño intermedio. El paño intermedio estará completamente cubierto por el paño exterior.
 - El paciente vuelve a colocar los brazos al lado de la parte superior del cuerpo. Si ahora la envoltura está demasiado apretada, se la puede estirar de la siguiente manera: un agarre debajo de las axilas / debajo de los paños de las envolturas, y separar éstas con un breve y fuerte tirón
 - Colocar debajo las bolsas de agua caliente, desde ambos lados, en la zona del tórax.
- Duración de la aplicación: 30 minutos.
 - A continuación retirar todas las toallas
 - descansar 30 minutos

Seguimiento

- Lavar el paño interior, colgar todo para que se seque

Evidencia

Probado exitosamente en muchos pacientes

Dosificación

1 vez al día

Inicio del efecto

inmediatamente

Duración del tratamiento

Dependiendo del desarrollo, aplicación diaria durante algunos días y más si es necesario

Recomendaciones terapéuticas adicionales

El uso de milenrama en la envoltura pulmonar puede ser reemplazado o complementado por cualquier otra sustancia indicada, p.ej. la cola de caballo, la petasites, el limón (especialmente en caso de fiebre), el rábano picante.

En la envoltura pulmonar de milenrama con el agregado de limón, se corta el limón en la solución de milenrama ya preparada y se lo exprime. Esta variación es útil en casos de niños con fiebre alta, como una medida para bajar la fiebre, en lugar de hacer envolturas de pantorrillas. Si el niño se duerme teniendo colocada la envoltura, se puede dejar la envoltura hasta que se despierte; en casos excepcionales, también puede llegar a secarse sobre el cuerpo.