

Disfrutemos del Aseo

Antes de:

- Previsión y Orden (explicar el proceso)
- Respetar su **intimidad** (necesidad de orinar)
- Habitación a 20-22°C (evitar corrientes)

Material:

- Toallas
 - Agua a 35-37°C
 - Jabón neutro (no alcohol ni polvos)
 - Si aseo en cama, **destapar** sólo la zona a lavar.
- Enjabonamos, aclaramos y secamos sin frotar.



1 Cara, Cuello y Hombros

- Ojos:** Para cada ojo usar gasa con suero y deslizado hacia fuera. Continuar por cara y cuello.
- Orejas:** No introducir bastoncillos.
- El pelo no es necesario lavarlo todos los días.

2 Boca:

- **Autónomo/a:** Proporcionar cepillo dental y enjuague. Incluir paladar y lengua en el cepillado. Cepillo con cerdas de dureza media.
- **Dependiente:** Gasa humedecida con antiséptico y agua. Enrollar la gasa en un depresor de lengua. Aplicar sobre toda la cavidad bucal.
- **Labios:** hidratar (evitar vaselina si oxígeno)



3 Manos

- Lavado de manos.
- Secado minucioso entre los dedos.
- Cortar las uñas con corte curvo.
- Usar tijera curva.
- Limar para terminar.



Dentadura Postiza:

- Cepillo duro y pasta dental.
- Retirar dentadura por las noches y sumergirla en agua u enjuague bucal, limón o bicarbonato.
- Cambiar esta solución a diario y enjuagar bien bajo el agua antes de volver a ponerla.



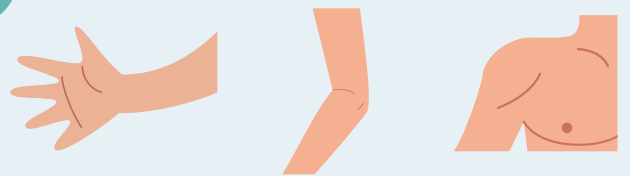
5 Piernas y Pies

- Lavado de pies.
- Secado minucioso entre los dedos.
- Cortar las uñas con corte recto.
- Limar para terminar.



Pasaremos a lavar la Espalda y Nalgas

4 Brazos-Axilas y Pecho-Abdomen



7 A tener en cuenta

- Hidratación diaria sólo con crema.
- Aplicar masajeando hasta que se absorba.
- Observar y revisar a diario las zonas enrojecidas, rozaduras, pequeñas heridas, ampollas, zonas húmedas y pliegues, para evitar la formación de úlceras.



6 Genitales Mujer

- Echar agua desde el pubis al ano.
- Enjabonar.
- Insistir en labios mayores y menores.
- Lavaremos de delante hacia atrás.
- Terminar en la zona del ano.



Hombre

- Echar agua desde el pubis al ano.
- Enjabonar.
- Insistir en escroto, retraer prepucio.
- Terminar en la zona del ano.

