

RECOMENDACIONES BÁSICAS DE ASEO GENITAL EN LA CAMA

Higiene corporal y vestido

1. **Prepara el material e informa** de lo que vas a hacer. Asegúrate de que la persona se encuentra cómoda.
2. **Ponte los guantes.**
3. Comienza **colocando una cuña**, pidiendo la colaboración de la persona encamada en el proceso. Si no colabora, coloca de manera lateral a la persona encamada, coloca la cuña y vuelve a la persona encamada a la posición inicial.
4. Tras el uso de la cuña, **echa agua templada con una jarra** desde el pubis hacia el ano y enjabona. Aclara y seca perfectamente, sin frotar, ya que se trata de piel muy delicada.
5. En el caso de las **mujeres**, se insiste en los labios mayores y menores y la zona anal. Es importante recordar que hay que lavar siempre de delante hacia atrás.
6. En el caso de los **hombres** insiste en los pliegues inguinales y el escroto. Retrae el prepucio para limpiar el glande y termina con la zona anal.
7. **Actúa con delicadeza** y aprovecha para observar la piel por si estuviera enrojecida o deteriorada.
8. **Acomoda** de nuevo a la persona. No olvides agradecer su colaboración.
9. **Recoge el material y deja la zona limpia y ordenada.**

Tenga en cuenta la privacidad. Aún en los casos en que la persona tenga dificultades para comunicarse y no pueda responder o esté encamado/a, usted le comunicará siempre en todo momento lo que va a hacer, tanto para el aseo como para el vestido.



RECUERDA

- ✓ Ayuda a la persona **respetando sus opiniones, preferencias y capacidades.**
- ✓ Prepara la habitación buscando la **intimidad y garantizando su seguridad.**
- ✓ Refuerza su **voluntad de ayudar y sus gestos de autonomía.**
- ✓ Establece **una rutina de hábitos higiénicos.**
- ✓ **Explica siempre lo que vas a hacer** y presta atención a las reacciones, sentimientos y necesidades que van apareciendo mientras realizas la actividad de aseo.
- ✓ La habitación debe de estar a **temperatura agradable**, sin corrientes de aire y con buena iluminación.
- ✓ **Evitar riesgos** manteniendo el orden y la limpieza y facilitando las buenas posturas corporales. Usa los productos de apoyo siempre que sea necesario.

