

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 renal de jengibre

Particularidades

- Los riñones están en la región que se encuentra por debajo del último arco costal a ambos lados de la columna vertebral y presentan el tamaño de la palma de una mano. El lugar de aplicación de la envoltura renal no ha de confundirse con una aplicación en la región de la columna vertebral lumbar.
- El efecto calórico deseado de la envoltura de jengibre puede comenzar en forma retardada, es decir que puede recién desplegarse después de varias aplicaciones.
- Antes de aplicar la envoltura, los pies deben estar calientes, de lo contrario el calor de la envoltura sube a la cabeza.
- En la primera fase de la aplicación puede producirse un aumento de la sensibilidad frente a disturbios externos (aquí se requiere particularmente de la protección frente a ruidos, luz olores, etc.)
- Al acercarse el fin de la aplicación puede surgir el impulso a la actividad. Aquí debe adaptarse (acortarse) la duración del reposo posterior en forma individual.
- En raras ocasiones puede producirse prurito o enrojecimiento de la piel. En las aplicaciones posteriores puede utilizarse una menor concentración de jengibre.

Material

- Paño interno intermedio y externo
- Dos cucharadas al ras de polvo de jengibre seco
- Recipiente
- Unos 300 ml de agua caliente (aprox. 60 °C)

Procedimiento de aplicación

- Preparar el paño externo y el intermedio en la cama a la altura de los riñones y precalentar con bolsa de agua caliente
- Plegar el paño interno según el tamaño de la superficie renal (abarcando ambos riñones)
- Poner el polvo de jengibre en el recipiente, verter el agua caliente y revolver
- Sumergir el paño interno en el recipiente, estrujarlo bien y colocarlo sobre la zona renal
- Ceñir el paño intermedio y el paño externo con rapidez y en forma firme
- Después de aproximadamente 30 minutos de aplicación retirar todos los paños
- Reposo posterior 30 minutos máximo

Procedimiento posterior

- Lavar el paño interno; éste puede emplearse nuevamente