

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.

Guía del procedimiento: Envoltura de cuello con limón

Particularidades

Aquí es importante una buena preparación y un trabajo rápido, porque la envoltura es pequeña y puede enfriarse rápidamente.

Material

- recipiente con ½ litro de agua hirviendo
- cuchillo y tenedor puntiagudos
- tazas / vasos
- -1 limón
- 1 paño de algodón, doblado 4 veces (como paño para la sustancia, alrededor del cuello, dejando libre la columna vertebral)
- 1 bufanda de lana

Implementación de la aplicación

- poner agua hirviendo en el recipiente
- poner el limón en el agua caliente (tiene que estar cubierto con el agua)
- pinchar el limón con un tenedor y cortarlo por la mitad con un cuchillo.
- cortar la cáscara de ambas mitades alrededor, en forma de estrella
- con ayuda de la taza, exprimir el limón bajo el agua, para que los aceites esenciales y el jugo entren en el agua
- sumergir el paño de algodón en el agua de limón, escurrirlo bien y colocarlo alrededor del cuello lo más caliente posible, dejando libre la columna.
- colocar inmediatamente el paño de lana alrededor del cuello
- descansar durante media hora en la cama, luego retirar el paño y dejar la bufanda de lana
- descansar media hora.

Procedimiento posterior

lavar el paño y dejarlo secar

Evidencia

Muy exitoso con muchos pacientes

Dosificación

En casos agudos, se puede repetir la envoltura varias veces al día.

Inicio del efecto

Mejoría inmediata

Duración del tratamiento

Tanto como sea necesario

Recomendaciones terapéuticas adicionales

Beber a sorbos agua caliente con limón

Advertencia

- La envoltura debe colocarse muy caliente, pero sin quemar la piel.
- Una envoltura de cuello caliente está contraindicada en el caso de una angina muy purulenta.