

Lección 1: Introducción

Los productos absorbentes absorben o contienen las pérdidas de orina o heces y son útiles para las personas que tienen incontinencia. Los productos absorbentes pueden:

- ayudar a una persona con incontinencia al proteger su ropa y su entorno inmediato;
- preservar la dignidad, el confort y la calidad de vida de la persona que los usa;
- usarse a corto o largo plazo.

Productos lavables: Se lavan y se secan después de cada uso	Productos de un solo uso: Se usan una vez y luego se desechan
Para usar productos absorbentes lavables , se necesita: <ul style="list-style-type: none"> ✓ Agua y jabón para lavarse y para lavar los productos ✓ Un lugar donde lavar y secar los productos absorbentes o la ropa ✓ Tiempo para lavar los productos absorbentes cada día ✓ Un cubo con tapa para los productos usados en casa y una bolsa a prueba de agua para los productos usados fuera de casa. 	Para usar productos absorbentes de un solo uso , se necesita: <ul style="list-style-type: none"> ✓ Agua y jabón para lavarse ✓ Un suministro continuo de productos de un solo uso ✓ Un lugar seco para almacenar las existencias de productos de un solo uso ✓ Un sistema fiable de recogida y eliminación de desechos

Hay diferentes tipos de productos absorbentes lavables y de un solo uso, pero todos los productos tienen las siguientes tres capas :

1. **Capa superficial:** Permite que el líquido pase a la capa absorbente y protege la piel al mantenerla seca.
2. **Capa absorbente:** Absorbe y contiene la orina y el líquido de las heces.
3. **Capa a prueba de agua:** Protege la ropa y el entorno inmediato de la persona que usa el producto para que no haya fugas.

Los productos absorbentes pueden ser adecuados para pérdidas leves, moderados o abundantes. La capacitación TAP se centra en productos adecuados para pérdidas moderadas y abundantes.

Los distintos tipos de productos absorbentes tienen diferentes ventajas y desventajas. La preferencia de una persona dependerá de:

- sus actividades cotidianas;
- su hogar, trabajo y otros entornos;
- qué productos son más adecuados para el tipo de pérdida que tiene;
- el costo y la disponibilidad de los distintos productos;
- sus preferencias personales.

Lección 2: Selección

A las personas les puede resultar difícil hablar sobre pérdidas de orina o heces. Siempre tenga en cuenta qué puede hacer para facilitarles las cosas. Por ejemplo, es muy importante hablar en un lugar privado.

En todos los casos, asegúrese de que la persona acuda a un profesional de la salud para que este evalúe la causa de la incontinencia y le recomiende un tratamiento o le indique cómo manejar el caso.

Durante la evaluación:

- Compruebe la salud de los intestinos, la vejiga y la piel de la persona. Hágale preguntas para averiguar si tiene un problema de salud por el cual deba derivarla inmediatamente a un profesional de la salud o si le sería útil recibir orientación sobre la salud de la vejiga, los intestinos o la piel.
- Averigüe qué tipo de incontinencia tiene la persona pidiéndole que le describa las pérdidas:
 - Cuándo se producen (en el día o en la noche)
 - Frecuencia (ocasionales, frecuentes o constantes)
 - Intensidad (leve, moderada o abundante) y si las heces son principalmente sólidas o líquidas.
- Trate de entender el entorno de la persona, así como sus opciones en cuanto al aseo y la eliminación de desechos, preguntándole sobre:
 - Sus actividades de la vida diaria y si permanece en casa, sale fuera de casa o alterna dentro y fuera de casa.
 - Si puede lavar y secar productos lavables
 - Cómo puede almacenar y desechar productos de un solo uso
- Compruebe la manera en que la persona se pone y se quita los productos.
- Tome las medidas de la persona para estimar qué talla de producto necesitará de manera que se ajuste correctamente.

Luego de recopilar la información que obtenga con esta evaluación, trabaje con la persona para elaborar un plan que incluya:

- Una lista del tipo de productos que puede necesitar. Es posible que necesite distintos tipos de productos para el día, la noche o diferentes actividades.
- Cuántas unidades de cada producto necesitará en función de la frecuencia con que deba cambiarlos cada día.
- Si necesita derivación.
- La información que usted tal vez necesite para enseñar a la persona a usar los productos (véase la cuarta lección).

Lección 3: Prueba y ajuste

- Es importante comprobar el ajuste de los productos absorbentes, ya que un producto bien ajustado reduce la probabilidad de una fuga.
- Cuando compruebe el ajuste de los productos absorbentes, hágalo en un lugar privado. La persona no debe quitarse la ropa interior.
- Compruebe que los productos absorbentes:
 - Se ajustan correctamente en la cintura, la cadera y los muslos.
 - Son cómodos.
- Cuando añada toallas absorbentes adicionales, colóquelas donde se necesite más absorbencia: la posición es diferente para hombres y mujeres.

Lección 4: Uso

A la hora de utilizar productos absorbentes, la persona tendrá más confianza si se le enseña:

- Cómo ponerse y quitarse los productos absorbentes y cómo planificar su uso fuera de casa.
- Cómo cuidar los productos absorbentes.
- Cómo mantener la salud de la vejiga, el intestino y la piel.

Lección 5: Seguimiento

Encontrar el producto adecuado para cada persona puede llevar tiempo. Dar seguimiento desde temprano puede ser importante para comprobar que el producto funciona correctamente. El seguimiento podría hacerse por teléfono.

- Compruebe que el producto sigue satisfaciendo las necesidades de la persona.
- Compruebe el estado del producto absorbente.