

Instrucciones de alta: cómo cubrir una herida

Tiene una herida que necesita un vendaje especial. Cuando una herida es profunda o perfora la piel, cubrir la herida puede ayudar a que se cure. El material del vendaje absorbe cualquier secreción de la herida, lo que ayuda a que los tejidos se curen de adentro hacia fuera. Si no se cubre, la herida podría cerrarse en la superficie. De esta manera, se retienen líquidos y posibles bacterias en las zonas más profundas de la herida y esto retarda la cicatrización. Además, la herida podría infectarse. Antes de dejar el hospital, se le mostró cómo cubrir la herida. A continuación, encontrará algunos pasos para recordar cómo cuidar la herida. Siga todas las instrucciones específicas que reciba del proveedor de atención médica.

Reúna los materiales

Conserve los elementos necesarios en un solo lugar. Póngalos en una canasta o en una bolsa grande. Necesitará lo siguiente:

- Material de vendaje
- Solución estéril
- Guantes estériles
- Un recipiente limpio
- Tijeras
- Una toalla limpia
- Una venda para colocar encima de la herida luego de haberla cubierto
- Cinta adhesiva
- Hisopos de algodón estériles
- Alcohol o toallitas con alcohol
- Materiales para limpiar la herida
- Una bolsa pequeña de plástico para los materiales de vendaje que tenga que desechar

Preparación

- Lleve a los niños y las mascotas a otro cuarto, lejos de donde atenderá la herida
- Lávese las manos antes de tocar los materiales:
 - Abra la llave del agua.
 - Mójese las manos y las muñecas.
 - Use jabón líquido de un dispensador con bomba. Haga mucha espuma.

- Frótese bien las manos.
- Enjuáguese las manos con los dedos apuntando hacia abajo.
- Séquese las manos con una toalla limpia o una toalla de papel. Con esta toalla, cierre la llave.
- Recuerde que después de lavarse las manos no debe tocar nada, salvo los materiales. Lávese las manos otra vez si toca algo más, como los muebles o la ropa.
- Limpie el área donde colocará los elementos de vendaje.
- Coloque una toalla limpia sobre el área y ponga un recipiente limpio sobre la toalla. No toque el interior del recipiente.
- Limpie la tijera con alcohol o con una toallita impregnada de alcohol y colóquela sobre una toalla limpia.

Preparación del material para cubrir la herida

- Lávese las manos otra vez.
- Vierta una buena cantidad de solución estéril en el recipiente limpio para humedecer el material que cubrirá la herida.
- Corte un pedazo de material y déjelo caer suavemente en el recipiente de solución estéril. Recuerde: La cantidad de material necesaria para cubrir la herida debe ser menor a medida que la zona se cura. Tendrá que ajustar el largo del material según sea necesario con el transcurso del tiempo.
- Abra el material de vendaje externo y colóquelo sobre la toalla. Manténgalo alejado del recipiente y no lo moje.
- Corte pedazos de cinta adhesiva de la longitud deseada. Usará estas tiras para pegar el vendaje externo. Por ahora, cuelgue los pedazos de cinta adhesiva en el borde de la superficie de trabajo.
- Con cuidado, quítense el vendaje usado (cinta adhesiva, vendaje exterior y material para cubrir usados). Verifique que no haya supuración ni olor en el vendaje. Coloque estos elementos en una bolsa pequeña de plástico para tirar a la basura.
- Inspeccione la herida. Busque signos de que no esté sanando con normalidad (consulte la sección "Cuándo llamar al proveedor de atención médica").

Limpie y cubra la herida

- Lávese muy bien las manos nuevamente. Utilice jabón y agua corriente limpia.
- Limpie la herida según le haya indicado el proveedor de atención médica.
- Póngase los guantes. Con las manos enguantadas, escurra suavemente el material para cubrir la herida y elimine el exceso de solución estéril. El material debe estar mojado, pero no debe chorrear.

- Ponga con cuidado el material en la herida. Cuando la cubra, debe llenar el espacio de la herida por completo, pero no de forma apretada. Rellenar bien el espacio le producirá presión y dolor. Use un hisopo de algodón para acomodar el material en las zonas pequeñas o perforadas.
- Coloque el vendaje externo nuevo sobre la zona cubierta de la herida.
- Asegure el vendaje con cinta adhesiva.
- Quítese los guantes.
- Lávese las manos una vez más con agua y jabón.

Seguimiento

Programe una cita de seguimiento. Se recomienda que el médico lo vea 48 horas después de colocarse el vendaje por primera vez.

Cuándo llamar al proveedor de atención médica

Llame al proveedor de atención médica de inmediato ante cualquiera de los siguientes signos o síntomas:

- Aumenta la secreción de la herida
- Enrojecimiento en la herida o alrededor de esta
- Aumento del dolor o hinchazón en la herida o alrededor de esta
- Cambio en la coloración del tejido de la herida de rosado a blanco, amarillo o negro
- Olor desagradable proveniente de la herida
- Aumento en el tamaño o en la profundidad de la herida
- Fiebre de 100.4 °F (38 °C) o superior, o según lo que le indique el proveedor de atención médica
- Escalofríos con temblores