



# Guía

de Recomendaciones  
al Paciente

Calidad Sanitaria



## Herida Quirúrgica



*Nuestra guía  
es tu Salud*



SaludMadrid

USTED HA SIDO INTERVENIDO QUIRÚRGICAMENTE DE:

Y RECIBIRÁ:

- UN INFORME DETALLADO DE LA INTERVENCIÓN REALIZADA
- INDICACIONES DE DONDE TENDRÁ QUE ACUDIR PARA CONTINUAR CON SUS CUIDADOS.



DEBIDO A LA INTERVENCIÓN, USTED TIENE UNA HERIDA

## ¿CUÁL DEBERÍA SER EL ASPECTO NORMAL DE SU HERIDA?

- Es normal que su herida se inflame y enrojezca ligeramente durante las dos primeras semanas, sin que signifique que exista algún problema.
- Trascurridos los 4 primeros días de la intervención, los bordes deben estar unidos, ausentes de secreciones y no presentar los siguientes síntomas: presencia de calor, dolor excesivo, aumento de la dureza en la zona, secreción purulenta y fiebre.



- Si ha sido intervenido quirúrgicamente en extremidades (preferentemente dedos de manos y pies), debido al riesgo de que se produzcan problemas circulatorios, debe vigilar los

siguientes signos: coloración blanquecino-violácea, frialdad y pérdida de sensibilidad.



## ¿QUÉ DEBE USTED HACER PARA SU AUTOCUIDADO?

- Si usted cuida adecuadamente su herida, mejorará su bienestar personal y evitará posibles reingresos en el hospital.
- Después de ser dado de alta tendrá que realizar unos cuidados básicos de la herida, que en la gran mayoría de las ocasiones presentara puntos de sutura o grapas.
- La frecuencia con la que debe practicar los cuidados de su herida va a depender del estado de ésta y será indicada por su médico o enfermera.
- Habitualmente, se realizará una vez al día hasta la retirada de los puntos.

### Preparación

Antes de manipular la herida, es importante:

- Lavarse bien las manos.
- Utilizar una **mesa accesorio** donde depositar todo lo necesario para la realización de la cura (gasas estériles, guantes, apósitos, esparadrapo etc.)
- Disponer de **una bolsa** para eliminar los residuos.



## Procedimiento de autocuidado de la herida

- Para limpiar la herida, deberá retirar el esparadrapo o apósito que la cubre.



- **Evite tirar fuerte**, si el apósito está adherido, habría que humedecerlo con agua y jabón durante su higiene o con suero fisiológico y retirarlo en la misma dirección de la cicatriz, sujetando ligeramente la piel con la otra mano.
- Retirado el apósito, **deberá vigilar en que estado** se encuentra la herida: supuración, separación de los bordes, inflamación excesiva, enrojecimiento y etc.
- En caso de que el esparadrapo o **apósito le irrite la piel** considerablemente, coménteselo a su médico o enfermera.
- La limpieza de la herida se realizará con **agua y jabón líquido**, preferentemente nuevo, con movimientos suaves y sin frotar.



- Una vez limpia la herida es importante **secarla suavemente con gases estériles**. Cúbrala con su apósito correspondiente o déjela al aire, si su médico o enfermera lo indican.

- Una vez que termine, **vuelva a lavarse las manos**.
- En determinados tipos de cirugía, debido **su peculiaridad o complejidad** (INJERTOS, CIRUGIAS PLASTICAS EN ZONAS VISIBLES, HERIDAS MUCOSAS...), recibirá instrucciones específicas de su médico o enfermera, para su cuidado.

## Consejos para la vida diaria

- Debe evitar **tracciones fuertes o golpes** sobre la herida. Por tanto tendrá que limitar los esfuerzos que comprometan la zona intervenida.



- En cuanto a la higiene diaria, a partir del 2º o 3º día de la intervención, puede ducharse **pero debe secar muy bien la herida**.



- En caso de **tener dolor**, tome usted los analgésicos prescritos por su médico y siga los consejos de su enfermera.
- Lleve **una alimentación equilibrada**, rica en frutas y verduras, con el aporte de proteínas adecuado.
- Siga las indicaciones de su médico en cuanto a la toma de su **medicación habitual**.

- Es aconsejable reducir el **consumo de alcohol** a niveles no perjudiciales y **eliminar el consumo de tabaco**.



- Si usted tiene **Diabetes**, es importante que el **control** de la misma sea lo mejor posible.

## Consejos para el cuidado de la cicatriz

Una vez retirada la sutura, es importante que cuide la cicatriz para ello deberá:

- **Evitar la exposición al sol**, durante los dos primeros meses o **utilice cremas de alta protección**.
- **Aplicar cremas hidratantes** sobre la misma, después de la ducha diaria.

A partir del primer mes, la cicatriz puede enrojecerse o aumentar de tamaño. En este caso pongase en contacto con su médico o enfermera.

## ¿CUANDO DEBE ACUDIR A LOS PROFESIONALES SANITARIOS?

- Después del alta y si fuese necesario, **se le indicará cuando y donde deberá acudir** (CENTRO DE SALUD O CONSULTAS EXTERNAS HOSPITALARIAS), para la revisiones posteriores de su herida.
- Acudirá a la enfermera de su **CENTRO DE SALUD**, para la retirada de los puntos **DENTRO DE \_\_\_\_\_ DÍAS**.
- Es importante, que lleve el **informe de alta**, tanto el de alta médica como el de enfermería.

**Contacte con su médico o enfermera, cuando observe en la herida alguno de los siguientes problemas o complicaciones**

- Separación de los bordes de la herida o pérdida de la sutura.



- **Sangrado** (es normal que el apósito se manche ligeramente de sangre los dos o tres primeros días, después de la intervención).

- Inflamación excesiva
- Signos de infección como: **aumento del calor, dolor excesivo, aumento de la dureza en la zona, secreción purulenta, fiebre**(  $T^a > 38\text{ }^{\circ}\text{C}$ ).
- Problemas de circulación: **coloración blanquecina-violácea, frialdad y pérdida de sensibilidad excesiva.**



**PARA PODER CONTACTAR CON LOS SERVICIOS SANITARIOS DISPONE DEL SIGUIENTE TELEFONO:**

**91.....**



La Suma de Todos

 Comunidad de Madrid

**Edita y Coordina:**



Dirección General de Calidad,  
Acreditación, Evaluación e Inspección

 Comunidad de Madrid

**Con la colaboración de:**



Instituto Superior de Investigación  
para la Calidad Sanitaria



Academia Española  
de Dermatología y Venereología



ANEDIDIC/Sociedad Nacional  
de Enfermería Dermatológica y  
de Investigación del detrioro  
de la integridad cutánea).



Sociedad de Enfermería Madrileña  
de Atención Primaria



Sociedad Madrileña  
de Medicina Familiar y Comunitaria