

# Cuidados de Herida Quirúrgica

## Educación al paciente

Durante el ingreso, su **médico y enfermera le darán instrucciones para el cuidado** de su herida. Coménteles cualquier duda tanto del cuidado de su herida, como de su tratamiento.

Mantener las heridas quirúrgicas en perfecto estado es clave para una cicatrización correcta, para reducir complicaciones y para lograr un menor impacto estético a largo plazo. Estas **recomendaciones estándar** le ayudarán a conseguirlo:



Lávese muy bien sus **manos con agua y jabón antes y después de curar la herida**. Tras la ducha seque la herida con una toalla de algodón suave aplicando pequeños toques sin realizar arrastre violento sobre ellas.



**Retire el esparadrapo o apósito que la cubre**, evite tirar fuerte si está adherido, humedézcalo con agua y jabón durante su baño o con suero fisiológico y retírelo en la misma dirección de la cicatriz, sujetando ligeramente la piel con la otra mano.



**Observe las características de su herida**. Limpie con suero fisiológico con movimientos suaves y sin frotar. Seque, aplique antiséptico (clorhexidina preferiblemente) y deje descubierta o cúbrala con apósitos o gasas estériles según la indicación de su cirujano.



**Evite** el uso de **apósitos excesivamente oclusivos** y deje las heridas al aire el mayor tiempo posible. En **zonas de roce**, contacto con la ropa, de presión con asientos, con la cama etc... proteja la herida con apósitos ligeros. Cambie los apósitos siempre que detecte que estos están húmedos.



En **determinados tipos de cirugía**, debido su peculiaridad o complejidad (injertos, cirugía plástica, heridas en mucosas) recibirá **instrucciones específicas** de su médico o enfermera, para su cuidado.



Aplique **protección con efecto pantalla total** durante los primeros meses siempre que vaya a estar expuesta al sol, incluso si lleva algún tipo de prenda ligera que pueda permitir el paso de los rayos UV.



Lleve una **alimentación saludable**, rica en frutas y verduras, con aporte de proteínas adecuado.



Tome los **medicamentos** según indicación médica. En caso de dolor tome los **analgésicos prescritos** por su médico.

Estimado paciente usted ha sido intervenido de:

---

Consulte con su médico ante la aparición de:

- Separación de los bordes de la herida o pérdida de la sutura.
- Hemorragia activa que no cede con presión moderada de la zona.
- Inflamación excesiva.
- Fiebre mayor de 38°.
- Signos de infección como: aumento del calor, dolor excesivo, aumento de la dureza en la zona, secreción purulenta, fiebre.
- Problemas de circulación: coloración blanquecina - violácea, frialdad, pérdida de sensibilidad excesiva.

Debo retirarme los puntos el día:

---



Accede online a tus resultados y gestiona tus citas en el área **"Mi Quirónsalud"** de [quironsalud.es](http://quironsalud.es), o en nuestra **App**.

Hospital El Pilar

Grupo  quirónsalud