

# Heridas no complejas

## Recomendaciones al alta para pacientes



Si usted cuida adecuadamente su herida evitará posibles complicaciones. Para ello siga las siguientes recomendaciones:

- Si tuviese dolor una vez terminado el efecto de la anestesia podrá tomar un analgésico, como por ejemplo paracetamol 1g cada 8h.
- Realice curas diarias de la herida con povidona yodada o clorhexidina 2-3 veces al día.
- Se procederá al control por la enfermera de su Centro del Salud en 48h-72h y retirada de la sutura o los ágrafes en 8-9 días.
- Los puntos profundos son gradualmente absorbidos por su cuerpo y no es necesario quitarlos. La mayoría de los puntos se quitan en un plazo de 6 a 9 días después de la intervención, dependiendo del lugar en que se encuentren y de la rapidez con que cicatrice su incisión.
- La mayoría de las heridas no requieren apósito después, pero puede optar por ponérselos con el fin de proteger la herida que está cicatrizando. Si su apósito aparece sanguinolento, sustitúyalo por una gasa seca. Si continúa sangrando, póngase en contacto con el médico.
- Transcurridas las primeras 24-48 horas podrá utilizar agua y jabón para lavarse. Seguirá evitando los baños y procurando que las duchas sean breves.

### Cuestiones importantes

- Apósito** Será retirado a las 24-48 horas siguientes a la intervención.
- Evitar la humedad local** Seque suavemente la herida y aplíquese un desinfectante.
- Exposición al sol** Utilice en la zona de la cicatriz crema con protección solar alta.
- Tensión de la cicatriz** Póngase en contacto con su médico si la herida se abre.
- Infección** Acuda a su médico si observa inflamación excesiva, pus, calor y dureza en la zona, dolor excesivo o fiebre.



Los bordes de una herida pueden aparecer ligeramente enrojecidos. Cuanto más reduzca los movimientos en la zona de la herida, mejor cicatrizará ésta.