CUIDADOS GENERALES · POSTOPERATORIO

Cuidados postoperatorios de una herida simple

Recomendaciones generales para heridas quirúrgicas cerradas con sutura o tiras cutáneas

La mayoría de las heridas quirúrgicas simples evolucionan bien con cuidados básicos. Estas indicaciones no sustituyen las instrucciones específicas recibidas tras su intervención.

01 QUÉ PUEDE SER NORMAL

- Dolor leve, tirantez, pequeña inflamación, hematoma o sensibilidad alrededor de la herida.
- Un pequeño manchado del apósito durante las primeras horas.

02 CUIDADO DE LA HERIDA

- Mantenga el apósito limpio y seco durante el tiempo indicado. Si se moja, se ensucia o se desplaza, cámbielo por uno limpio si se le ha enseñado a hacerlo.
- Cuando se le autorice a ducharse, lave la zona con agua y jabón sin frotar y séquela con pequeños toques.
- No manipule los puntos, grapas o tiras adhesivas y no aplique productos no indicados.
- Evite piscina, mar y baño de inmersión hasta que la herida esté completamente cerrada.

03 ACTIVIDAD Y CICATRIZ

- Evite movimientos o esfuerzos que produzcan tensión sobre la herida. Aumente la actividad de forma progresiva según la localización y las indicaciones recibidas.
- Cuando la herida esté completamente cerrada, puede comenzar hidratación y masaje suave de la cicatriz si se le ha recomendado.
- Proteja la cicatriz del sol durante los meses siguientes con ropa o fotoprotección SPF 50+.

04 SI SANGRA

- Realice presión firme y continua con una gasa limpia durante 15-20 minutos. No levante la gasa repetidamente. Si no cede, solicite valoración.

CONTACTE DE FORMA URGENTE

- Fiebre, pus, mal olor, enrojecimiento que se extiende o dolor que aumenta claramente.
- Apertura de la herida, sangrado persistente, hinchazón rápidamente progresiva o cambios llamativos de color o temperatura en la zona intervenida.