Memorial Sloan Kettering Cancer Center

EDUCACIÓN PARA PACIENTES Y CUIDADORES

Cuidado de la herida después de su procedimiento cutáneo con suturas

Esta información explica cómo cuidar de la herida después de su procedimiento cutáneo con suturas (puntos).

Es importante que cuide su herida después del procedimiento cutáneo para prevenir infecciones y ayudar a esta que se sane.

Cuidado de la herida en casa

- Déjese las curitas en la herida durante _____ horas después de su procedimiento. Manténgala limpia y seca.
- Retire las curitas después de _____ horas.
- Si su proveedor de cuidados de la salud le dijo que aplique hielo en la herida, puede poner una compresa de hielo sobre la herida cada hora mientras esté despierto durante _____ minutos. Haga esto durante las primeras 24 a 48 horas (1 a 2 días) después de su procedimiento. Esto ayudará a reducir el sangrado, el dolor y la hinchazón.

Steri-Strips

- Si tiene Steri-Strips™ (tiras de cinta) sobre la herida, no se las quite. Se caerán solas lentamente durante la primera semana después de su procedimiento.
    - Los bordes de las tiritas Steri-Strips serán los primeros en curvarse hacia arriba. Recorte los bordes con una tijera a medida que comiencen a despegarse. Si las tiritas Steri-Strips no se caen solas, puede retirarlas con cuidado.
    - Es normal ver sangre seca en las Steri-Strips.
    - Es posible que su proveedor de cuidados de la salud le indique que se deje las Steri-Strips puestas hasta la cita de seguimiento. Si es así, no se las quite.
- Puede ducharse _____ horas después de su procedimiento. Es posible que su proveedor de cuidados de la salud le pida que mantenga secas las Steri-Strips hasta su próxima visita.
    - Permita que el agua de la ducha y el jabón corra suavemente sobre la herida.
    - Seque la herida con golpecitos utilizando una gasa o toallita limpia y seca.
    - No tome baños de inmersión, no nade ni se sumerja en una tina de hidromasaje hasta que la herida haya cicatrizado.

Limpieza de la herida

Limpie la herida todos los días. Haga esto durante _____ días/semanas después del procedimiento o hasta la cita de seguimiento. Siga las siguientes instrucciones cada vez que limpie la herida.

Materiales

Necesitará estos artículos para limpiar la herida:

- 1 paquete de hisopos de algodón (Q-tips®)
- 1 paquete de gasas antiadherentes
- Cinta de papel
- Una tirita adhesiva (que se pega, como una Band-aid®) cortada a la medida de la herida.
- Solución _____
- Pomada _____
- Gasa o toallita seca y limpia

Instrucciones para limpiar la herida

1. Reúna los materiales.
2. Lávese las manos con agua tibia y jabón durante al menos 20 segundos, o use un desinfectante de manos a base de alcohol.
3. Limpie la herida con la solución _____.

4. Seque la herida con golpecitos suaves utilizando una gasa o toallita limpia y seca. No frote la zona.
5. Use bastoncillos de algodón para ponerse pomada _____ en la herida.
6. Cubra la herida con gasa antiadherente o curitas adhesivas (Band-aid) cortadas del tamaño de la herida. Si utiliza gasa antiadherente, sujétela con cinta de papel.
7. Cuando termine, lávese las manos con agua tibia y jabón durante al menos 20 segundos o use un desinfectante de manos a base de alcohol.

Siga estas instrucciones por _____ días/semanas o hasta que la herida haya cicatrizado.

Cómo hacer frente al dolor después de su procedimiento

Es posible que sienta dolor o molestia después de su procedimiento. Para ayudarle con esto, tome acetaminophen (Tylenol®) o acetaminophen extrafuerte (Extra Strength Tylenol®).

- Siga las indicaciones de dosis que vienen en el envase. Si esta dosis no le ayuda con su dolor, llame al consultorio de su proveedor de cuidados de la salud.
- Si es alérgico al acetaminophen o si no puede tomarlo debido a una enfermedad, pregunte a su proveedor de

cuidados de la salud qué puede tomar en su lugar.

- También puede aplicarse una compresa de hielo sobre la herida para reducir el dolor, la hinchazón y los moretones. Coloque una compresa de hielo sobre la herida durante 15 a 20 minutos cada hora o de acuerdo con las indicaciones de su proveedor de cuidados de la salud.

Solo tome aspirin o medicamentos antiinflamatorios no esteroideos (NSAID), como ibuprofen (Advil®) o naproxen (Aleve®), si su proveedor de cuidados de la salud le dice que puede hacerlo. Estas medicinas dificultan la coagulación de la sangre, lo que puede aumentar el sangrado.

Si está participando en un ensayo clínico de tratamiento contra el cáncer, pregúntele a su oncólogo (médico especializado en cáncer) qué analgésicos puede tomar.

Sangrado y moretones después de su procedimiento

- Es posible que tenga sangrado y moretones después de su procedimiento. Por lo general, esto desaparece después de ____ días.
- Si la herida empieza a sangrar, presione firmemente la herida con una gasa limpia durante _____ minutos. Una

compresa fría también ayudará a disminuir el sangrado. Si el sangrado no se detiene después de aplicar presión, llame al _____ (línea de emergencia).

- Si la herida se encuentra por encima del cuello, aplique presión sobre el sitio, siéntese y use almohadas para elevar la cabeza ligeramente. Si la herida se encuentra en el brazo o la pierna, aplique presión sobre el sitio, y eleve el brazo o la pierna por encima del nivel del pecho.

Actividades

- No haga ejercicio vigoroso (ejercicio que requiera mucho esfuerzo, como correr o levantar objetos pesados) durante _____ semanas.
- Pregunte a su proveedor de cuidados de la salud cuándo puede levantar objetos de un peso superior a 5 libras (2.3 kilogramos). Quizás pueda hacer esto inmediatamente después de su procedimiento o tal vez deba esperar hasta que sea seguro para usted hacerlo.
- Hable con su proveedor de cuidados de la salud antes de comenzar a hacer actividades de gimnasia más intensas, como correr, trotar o levantar pesas.
- Si su procedimiento cutáneo fue en el cuello, el rostro, la espalda o el cuero cabelludo, no se incline hacia adelante doblando la cintura en reiteradas ocasiones

hasta que le retiren las suturas. Es posible que su proveedor de cuidados de la salud le pida que espere _____ semanas.

- La herida no debe sumergirse (como en una piscina, tina o tina de hidromasaje) hasta que se retiren las suturas y la herida haya cicatrizado por completo.

Sueño

- Si el procedimiento cutáneo fue por encima del cuello, duerma con el respaldo de la cama levantado 45 grados durante los primeros ____ días después de su procedimiento. Puede hacer esto durmiendo con 2 almohadas debajo de la cabeza.
- Si el procedimiento cutáneo fue en un brazo o en una pierna: duerma con esa parte del cuerpo levantada por encima del nivel del corazón. Puede hacer esto apoyando el brazo o la pierna en almohadones.
- Pregunte al enfermero si debe evitar acostarse sobre la herida o ejercer presión sobre ella durante las primeras 48 horas. Al hacerlo, puede ayudar a reducir la irritación y el sangrado.

Proceso de cicatrización

Puede que la piel del sitio de la herida cambie de color (rosa o rojo) hasta por 1 año después de su procedimiento.

Es posible que en algunas personas esto dure aún más.

Una vez que la herida haya cicatrizado, aplíquese un protector solar de amplio espectro con un SPF de 30, como mínimo, en la zona. Esto ayudará a proteger la cicatriz de la exposición al sol.

Extracción de las suturas

- Si tiene suturas no solubles, deberá regresar al consultorio del proveedor de cuidados de la salud para que se las quite. Programe la cita para que le retiren las suturas en _____ días/semanas.
- Si tiene suturas solubles, se disolverán solas. Esto puede tardar de 1 a 2 meses como máximo.
    - Continué verificando las suturas hasta que se hayan disuelto. Probablemente, tengan el aspecto de un pequeño trozo de hilo blanco en la herida. Si las suturas no son una molestia para usted, permita que se disuelvan completamente. Si las suturas se irritan o inflaman, llame al consultorio de su proveedor de cuidados de la salud.

Cuándo llamar al proveedor de cuidados de la salud

Llame a su proveedor de cuidados de la salud si tiene:

- Tiene una temperatura de 100.4 °F (38 °C) o superior
- Escalofríos (sensación de frío y temblores)
- Cualquiera de los siguientes síntomas en la herida o en la zona alrededor de esta:
  - Aumento del enrojecimiento o la hinchazón
  - Aumento del dolor o las molestias
  - Piel que se siente dura, tibia o caliente al tacto
  - Drenaje de color verde o amarillo brillante
  - Sangrado que no se detiene después de aplicar presión sobre la zona durante 30 minutos
  - Mal olor
  - La herida aparentemente se abrió
  - Tiene sarpullido
  - Formación de ampollas
  - Drenaje (pérdida de líquido) que atraviesa las curitas
  - Cualquier pregunta o problemas inesperados

Si tiene preguntas o inquietudes, hable con un integrante del equipo de atención. Puede comunicarse con ellos de lunes a viernes, de 9 a. m. a 5 p. m. al _____. Después de las 5:00 pm,los fines de semana y los feriados, llame al_____. Si no hay ningún número en la lista o no está seguro, llame al 212-639-2000.

Para obtener más recursos, visite www.mskcc.org/pe y busque en nuestra biblioteca virtual.

Todos los derechos son propiedad y se reservan a favor de Memorial Sloan Kettering Cancer Center