



## EDUCACIÓN PARA PACIENTES Y CUIDADORES

# Cómo cuidar la herida con paños embebidos en vinagre después de un procedimiento cutáneo

En esta información se explica cómo cuidar su herida con paños empapados en vinagre después de su procedimiento cutáneo en el Servicio de Dermatología de MSK.

El cuidado de la herida después de un procedimiento en la piel ayuda a prevenir infecciones. También puede ayudarle a curarse con poco dolor o molestias.

## 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.
- Es posible que su equipo de atención le haya dicho que se ponga hielo en la herida. Si es así, póngase una compresa de hielo durante 15 o 20 minutos cada hora mientras esté despierto. Ponga la compresa de hielo sobre las curitas. No utilice la compresa de hielo sin que la herida esté cubierta por curitas.
- 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.
- Puede ducharse \_\_\_\_ horas después de su procedimiento.
  - Permita que el agua de la ducha corra suavemente sobre la herida. No dirija el chorro de agua de la ducha a la herida.

- Seque la herida con golpecitos utilizando una gasa o toallita limpia y seca. No se masajee la herida.
- No tome baños de inmersión, no nade ni se sumerja en una tina de hidromasaje hasta que su equipo de atención le diga que puede hacerlo.

## Limpeza 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 los siguientes artículos para limpiar la herida:

- 1 taza (8 onzas, 236 ml) de agua
- 1 cucharada de vinagre blanco
- 3 gasas, 1 para empapar y 2 para secar
- Toallita limpia y seca
- 1 paquete de hisopos de algodón (como Q-tips®)
- Pomada \_\_\_\_\_
- Tijeras
- 1 curita adhesiva (como Band-aid®), cortada a la medida de la herida. También puede utilizar 1 gasa antiadherente con cinta de papel.

## Instrucciones para limpiar la herida

1. Reúna los materiales.
2. Prepare una solución de vinagre. Mezcle 1 taza (8 onzas, 236 ml) de agua y 1 cucharada de vinagre blanco en un recipiente limpio con tapa. No es necesario que sea estéril.
3. Lávese las manos con agua y jabón o use un desinfectante para manos a base de alcohol.

- Si se está lavando las manos con agua y jabón, mójese las manos y aplíquese jabón. Frótese bien las manos durante 20 segundos y luego enjuague. Séquese las manos con una toalla de papel y use esa misma toalla para cerrar el grifo.
  - Si usa un desinfectante de manos a base de alcohol, asegúrese de cubrirse las manos con él. Luego, frótese las manos hasta que se sequen.
4. Limpie la herida con agua y jabón. Séquela dando golpecitos con una gasa. No la frote.
  5. Sumerja una gasa en la solución de vinagre. A continuación, coloque la gasa empapada sobre la herida y déjela allí durante 2 minutos.
  6. Después de 2 minutos, retire la gasa empapada.
  7. Seque la herida con golpecitos suaves utilizando una gasa o toallita limpia y seca. No frote la zona.
  8. Use bastoncillos de algodón para ponerse pomada \_\_\_\_\_ en la herida.
  9. Cubra la herida con una gasa antiadherente o curitas adhesivas (Band-aid) cortadas del tamaño de la herida. Si utiliza gasa antiadherente, sujétela con cinta de papel.
  10. Cuando termine, lávese las manos con agua tibia y jabón durante al menos 20 segundos: También puede utilizar un desinfectante de manos a base de alcohol.
  11. Ponga la solución de vinagre en el refrigerador en un recipiente con tapa. Se puede guardar en el refrigerador por hasta 5 días.

Siga estas instrucciones durante \_\_\_\_ días/semanas o hasta que su proveedor de cuidados de la salud le diga que deje de hacerlo.

## Más instrucciones:

---

---

---

---

---

## Cómo hacer frente al dolor después de su procedimiento

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

- No tome aspirin o medicamentos antiinflamatorios no esteroideos (NSAID), como el ibuprofen (Advil®) o el naproxen (Aleve®). Estos medicamentos dificultan la coagulación de la sangre. Esto puede hacer que sangre más.
- Siga las instrucciones de dosificación del envase para saber cuánto medicamento debe tomar. Si esta dosis no le ayuda con el dolor, llame a su equipo de atención.
- Es posible que sea alérgico al acetaminophen o que no pueda tomarlo debido a un problema de salud. Si es así, pregúntele a su equipo de atención qué puede tomar en su lugar.
- Si está participando en un ensayo clínico de tratamiento contra el cáncer, pregúntele a su oncólogo (médico especializado en cáncer) qué analgésicos puede tomar.

También puede colocar una compresa de hielo sobre la herida para aliviar 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 equipo de atención.

## 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 sangra, presione firmemente la herida con una gasa limpia durante \_\_\_\_\_ minutos. También puede utilizar una compresa fría para ayudar a reducir el sangrado. Moje una toallita limpia o una gasa limpia en agua fría para hacer la compresa.
- **Si la herida se encuentra por encima del cuello:** aplique presión en el sitio. Asegúrese de que la zona de la herida está por encima del nivel del corazón. Si está acostado, utilice almohadas para levantar la cabeza.
- **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.

Si el sangrado no se detiene después de aplicar presión, llame a su equipo de atención en \_\_\_\_\_.

## Actividades en casa

- No realice ejercicios vigorosos (intensos), como correr, durante \_\_\_\_\_ semanas después de su procedimiento.
- Pregunte a su equipo de atención cuándo puede levantar objetos de un peso superior a 10 libras (2.3 kilogramos). Es posible que pueda hacerlo poco después de su procedimiento. O, tal vez deba esperar hasta que sea seguro para usted.
- Consulte a su equipo de atención antes de comenzar cualquier actividad física, como correr, trotar o levantar pesas.
- **Si su procedimiento cutáneo fue en el cuello, el rostro, la espalda o el cuero cabelludo:** limite la frecuencia con la que se inclina hacia adelante hasta que le retiren las suturas. Es posible que su equipo de atención le diga que espere \_\_\_\_\_ semanas.
- No sumerja su herida (no la mantenga bajo el agua). No tome baños de inmersión, no nade ni utilice una tina de hidromasaje hasta que la herida haya cicatrizado por completo.

# Cómo dormir después de su procedimiento

- Si el procedimiento cutáneo fue por encima del cuello: duerma con la cabeza y los hombros a medio camino entre la posición horizontal y la posición vertical (en un ángulo de 45 grados). Puede hacer esto durmiendo con 2 almohadas debajo de la cabeza. Hágalo durante los primeros \_\_\_\_\_ días después de su procedimiento.
- 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 a su equipo de atención si necesita hacer lo siguiente durante las primeras 48 horas (2 días) después de su procedimiento:
  - Evitar acostarse sobre la herida.
  - Evitar poner presión sobre la herida.
  - Al hacer esto, puede ayudar a reducir la irritación y el sangrado.

## Proceso de cicatrización

Puede presentar decoloración (color rosa o rojo) en el sitio de la herida. Esto puede durar hasta 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.

## Cómo retirar las suturas

- Es posible que tenga suturas no solubles. Son suturas que no desaparecen por sí solas. Si es así, tendrá que volver al consultorio de su médico para que se las retiren. Programe la cita para que le retiren las suturas en \_\_\_\_\_ días/semanas.
- Si tiene suturas solubles, se disolverán (desaparecerán) solas. Esto puede

tardar de 1 a 2 meses como máximo.

- Controle las suturas hasta que se disuelvan. Es posible que se vean como un pequeño trozo de hilo transparente o blanco en la herida. Si las suturas no son una molestia para usted, permita que se disuelvan completamente. Llame a su equipo de atención si siente algún dolor o molestia alrededor de las suturas.

## **Cuándo llamar a su proveedor de cuidados de la salud:**

Llame a su proveedor de cuidados de la salud si tiene alguno de los siguientes síntomas:

- Fiebre de 100.4 °F (38 °C) o más.
- Escalofríos (sensación de frío y temblores).
- Cualquiera de los siguientes síntomas en la herida o en la zona alrededor de esta:
  - Enrojecimiento o hinchazón que empeora.
  - Dolor o malestar que empeora.
  - Piel que se siente dura, tibia o caliente al tacto.
  - Drenaje (líquido) de color verde o amarillo brillante.
  - Sangrado que no se detiene después de aplicar presión sobre la zona durante 30 minutos.
  - Mal olor (hedor).
  - La herida parece que se abrió.
  - Sarpullido.
  - Formación de ampollas.
  - Drenaje que atraviesa las curitas.
- Cualquier pregunta, inquietud o problema que no esperaba.

Si tiene preguntas o inquietudes, contáctese con su proveedor de cuidados de la salud. Un integrante de su equipo de atención le responderá de lunes a viernes de 9 a. m. a 5 p. m. Fuera de ese horario, puede dejar un mensaje o hablar con otro proveedor de MSK. Siempre hay un médico o un enfermero de guardia. Si no está seguro de cómo comunicarse con su proveedor de cuidados de la salud, llame al 212-639-2000.

Para obtener más recursos, visite [www.mskcc.org/pe](http://www.mskcc.org/pe) y busque en nuestra biblioteca virtual.

---

How to Care for Your Wound With Vinegar Soaks After Your Skin Procedure - Last updated on June 13, 2024

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