



# Programa Cuidado Integral de Piel, Heridas y Ostmías

## Recomendaciones para el paciente con heridas

 Vigilado Supersalud

Clínica **Imbanaco**  
Grupo  quirónsalud

Vocación  
de Servicio

Dar continuidad a los cuidados de la herida es importante para disminuir riesgos y complicaciones durante el proceso de tratamiento de la misma, así como para la pronta recuperación de los tejidos. Este folleto le permitirá seguir a las recomendaciones de forma correcta.

**Recuerde siempre seguir las indicaciones especiales que, para su caso, sugiera la enfermera que lo atiende y el médico tratante.**

### **¿Qué usar?**

Ropa cómoda según el lugar de su herida; faja abdominal (cirugía abdominal, fístula, cesárea), top de algodón si la herida es en mama, pantalón tipo sudadera si la herida es en miembros inferiores.

Si el apósito o gasa se humedece o se cae:

- Lávese las manos, aplíquese antiséptico y realice el cambio de la gasa externa sin retirar el apósito que cubre la herida, puede cubrir con una nueva gasa, toalla higiénica o apósito absorbente.
- Fíjela con cinta adhesiva tipo micropore, transparente, o la que usted utilice.

### **Recomendaciones**

- Durante el baño: proteja la herida y los apósitos con plástico protector de alimentos o cualquier plástico que impermeabilice los apósitos, para evitar que se humedezcan.
- Herida en miembros inferiores: dúchese sentado, apoye la pierna en otra silla o banco, proteja con un plástico que cubra totalmente los apósitos y no permita que se mojen.
- Herida en el abdomen: evite ducharse, realice un baño de esponja protegiendo la herida de la humedad.
- Si tiene indicado el uso de faja, retírela en la noche antes de dormir; si la faja le causa molestia en el día, puede retirarla por periodos cortos hasta que logre adaptarse y dejarla el tiempo indicado.

la faja causa incomodidad en la piel, use camisilla por debajo . La faja le debe generar una presión de sostén sin causar molestias por presión alta o porque quede floja.

- **Herida en cara:** si va a exponerse a la luz del sol aplique protector solar en el rostro y use sombrero o visera. Aplique hidratante si se lo han ordenado.
- **Si su herida está protegida con vendas:** evite que estas se enrollen. En caso de enrolla miento o humedad por el baño retírelas. Evite colocar cintas de forma circular, estas le pueden hacer torniquete. Vigile e informe en caso de inflamación (hinchazón) o cambio de color y temperatura en los dedos (blancos o morados, frialdad marcada) . Retire las vendas en caso de dolor intenso o molestias.

**Recuerde informar este tipo de situaciones al número de contacto entregado. Si está hospitalizado, repórtelo al personal de enfermería del servicio.**

- Realice los ejercicios y las técnicas de descanso indicadas por la especialista que le hace la curación.
- **Heridas con sistema al vacío:** vigile frecuentemente el funcionamiento del sistema (que succione, que el adhesivo transparente sobre la herida se vea comprimido como una uva pasa, que la carga de la batería esté completa). Si la alarma se dispara llame al representante. Si observa salida de sangre por el cánister o recolector, informe al personal encargado. Recuerde mantener el equipo conectado para evitar que se descargue. Si está hospitalizado (a) recuerde informar sobre cambios al personal de enfermería del servicio.
- Evite bañarse en piscinas o en el mar si la herida está abierta, esto disminuirá el riesgo de infecciones.
- Si está hospitalizado (a), el personal de enfermería del servicio le apoyará con estos cuidados.

## Recomendaciones

- Recuerde tomar, previo a la curación, la medicación ordenada por su médico tratante.
- Si está hospitalizado (a), el personal de enfermería se encargará de administrarlo según la orden médica prescrita.
- Consultar por urgencias si el dolor no cede con los medicamentos ordenados por su médico tratante. Si está hospitalizado(a) debe informar al personal de enfermería a cargo.

## Recomendaciones generales para los pacientes con herida cicatrizada.

- Siempre recuerde seguir las indicaciones especiales que, en su caso, sugiera la enfermera que lo atiende y el médico tratante.
- Debe evitar el baño en piscina, sauna o jacuzzi durante al menos quince días después del cierre de la herida.
- Debe secar el área cicatrizada con toques suaves, esto evitará fricción y trauma en los tejidos recuperados.
- Evite la exposición solar, de ser necesario utilice siempre protector solar, esto evitará hiperpigmentación (manchas) en la cicatriz.

## Recomendaciones para asistir a la cita ambulatoria

- Debe solicitar cita a los siguientes números:  
518 60 00 / 382 10 00 / 385 10 00 / extensión: 21401 opción 4 Celular: 317 516 62 10 - 318 271 06 28.  
En horas hábiles. Pacientes que están en el programa y requieren orientación los fines de semana pueden comunicarse al celular 3182710628
- Debe presentarse quince minutos previos a la hora de la cita para realizar el proceso de ingreso y verificación de autorizaciones y documentos.



# Clínica Imbanaco

Grupo  quiroñsalud

**Clínica Imbanaco**  
**Torre A**  
**Consulta Externa Cra. 38A No. 5A - 100, Piso 5**

**Teléfono**  
**518 6000 / 382 1000 / 385 1000**  
**Extensión: 21401**

**[programaheridas.imb@quirosalud.com](mailto:programaheridas.imb@quirosalud.com)**

**Horario de atención**  
**Lunes a viernes de 7:00 a.m. a 5:00 p.m.**

**[www.imbanaco.com](http://www.imbanaco.com)**



Ministerio Ecuadoriano  
de la Salud



Acreditación Salud.com  
Ecuador CONACE



Acreditación para el  
Laboratorio Clínico y Laboratorio  
de Patología Anatómica



Acreditación para  
Laboratorio por la Federación  
Europea de Intensiva