

Heridas quirúrgicas –

Prevenir las infecciones y reconocerlas a tiempo

¿Tiene que operarse y le gustaría estar lo mejor preparado posible? El personal sanitario le proporcionará asesoramiento y asistencia, pero usted también puede contribuir en gran medida a mantener limpia su herida quirúrgica y así podrá cicatrizar bien.

¿Cómo se infectan las heridas?

Toda operación deja una herida que irá cicatrizando con el tiempo, formándose una cicatriz. En condiciones normales, la piel nos protege de numerosos patógenos. Pero si nos operan, tanto la herida abierta como la propia operación son una vía de entrada para los microorganismos y estos pueden hacer que la herida se infecte. En Alemania, cada año unas 200 000 personas desarrollan una infección de la herida después de una operación. Los médicos lo llaman *infección postoperatoria de la herida* y afecta a alrededor de 1 de cada 100 personas operadas. Se calcula que aproximadamente un tercio de estas infecciones podrían evitarse con una higiene cuidadosa. Por lo general, las heridas cicatrizan peor en personas con mucho sobrepeso, anemia o inmunodeficiencias, así como en personas con diabetes, VIH o cáncer. Estas personas tienen, por tanto, un mayor riesgo de padecer una infección de la herida.

Reconocer una herida infectada

Tras una intervención quirúrgica, la herida suele cerrarse con suturas, grapas o tiras. A continuación se cubre con un apósito estéril, es decir, sin microorganismos. La herida es muy sensible hasta que se cierra completamente. En ese periodo es fácil que penetren microorganismos en la misma, sobre todo bacterias. Entonces el cuerpo reacciona con una inflamación para luchar contra ellos. La inflamación se puede reconocer por los siguientes signos:

- aumenta el dolor
- la piel alrededor de la herida se enrojece
- la zona se abulta y se siente calor
- pueden aparecer escalofríos y fiebre
- sale pus (líquido amarillento) que también puede tener un olor desagradable

No siempre es fácil saber si realmente hay infección porque la herida suele estar un poco dolorida y enrojecida después de la operación. Además, está cubierta por una gasa o apósito y a menudo no la vemos.

Sin embargo, es importante reconocer y tratar las infecciones lo antes posible. Si no, en el peor de los casos los patógenos se pueden extender por todo el cuerpo y la persona enferma de gravedad. El término médico para designar una infección en todo el cuerpo es *sepsis*. La sepsis puede ser potencialmente mortal.



Usted y el personal sanitario que le atiende pueden contribuir a evitar la infección de la herida quirúrgica. Es especialmente importante mantener la herida limpia, proporcionarle cuidados higiénicos, reaccionar ante los primeros signos de inflamación e iniciar entonces el tratamiento adecuado.

Cómo puede prevenir las infecciones el personal médico

Los médicos y enfermeros reciben formación para trabajar de la forma más estéril posible y protegerle de las infecciones en la medida de lo posible. A ello contribuyen una serie de medidas con elevados niveles de higiene, como la ropa protectora, la desinfección y las técnicas quirúrgicas cuidadosas.

Si es necesario eliminar el vello de la zona quirúrgica, suele recortarse con tijeras médicas o una maquinilla de afeitado eléctrica con cabezal desechable. También se puede utilizar una crema depilatoria. Sin embargo, esto puede irritar la piel. Además, algunas personas experimentan reacciones alérgicas. A veces se administran antibióticos como medida de precaución, por ejemplo, para evitar la infección por bacterias de la herida quirúrgica.

Después de la operación, la herida se cubre con un apósito estéril. El primer apósito suele cambiarse a las 48 horas. Si la herida está seca y cerrada, puede que no sea necesario cubrirla con un nuevo apósito estéril.

Sinopsis

- Las heridas quirúrgicas pueden infectarse fácilmente con microorganismos.
- Los siguientes signos indican una infección de la herida: aumento del dolor, la zona se enrojece, se calienta y se abulta. También pueden aparecer fiebre y malestar general.
- Una higiene cuidadosa puede prevenir muchas de las llamadas infecciones postoperatorias.
- Los médicos recomiendan, por ejemplo, ducharse antes de la operación, no afeitarse el vello de la zona a operar, mantener el vendaje seco y limpio y acudir a las revisiones.

Cómo puede prevenir las infecciones el personal médico

Después de cada intervención quirúrgica el médico debe revisar la herida con regularidad. El personal médico responsable debe explicarle exactamente cómo mantener la herida higiénicamente limpia después de la operación y a qué debe prestar atención.

Cómo puede usted contribuir

Antes de la operación:

Los microorganismos que ya se encuentran en su piel son los que tienen más probabilidades de penetrar en la herida. Por ello, los expertos recomiendan ducharse o lavarse bien todo el cuerpo antes de una operación programada.

Si sus horarios se lo permiten, es mejor hacerlo directamente el mismo día de la operación, o si no, la víspera de la intervención.

También es importante no afeitarse las zonas de la piel que se van a operar, por ejemplo con una cuchilla afilada, ya que esto puede provocar pequeñas heridas y aumentar el riesgo de infección. Si es necesario eliminar el vello, déjelo en manos del personal médico que le trata.

Después de la operación:

Debe proteger siempre la herida de la contaminación y la humedad persistente. Durante el proceso de curación de la herida, la zona puede picar. Sin embargo, no debe tocar el apósito en la medida de lo posible y tampoco usar ningún objeto fino por debajo para rascarse. Cuanto menos toque la herida, más probabilidades tendrá de que se mantenga limpia y se cure más rápidamente.

Pregunte al personal responsable cómo y con qué frecuencia debe revisar usted la herida después de la operación.

Si usted o sus familiares cambian la gasa o el apósito según las indicaciones de su médico, deben lavarse siempre bien las manos antes y después de hacerlo y, si es necesario, desinfectarse las manos. Es preferible no tocar la herida con las manos. A veces son útiles los guantes desechables nuevos. Recójase el pelo en una coleta si lo tiene largo. Esto evitará que caigan pelos en la herida. También es aconsejable usar una compresa limpia debajo, como una toalla recién lavada o una compresa desechable, al cambiar el apósito. En general, las heridas cicatrizan mejor si no están sometidas a tensiones, presión o tracción. Por lo tanto, no debe practicar ningún deporte ni levantar objetos pesados en el periodo inicial tras la operación. Sin embargo, casi siempre es posible e incluso recomendable salir a pasear y realizar actividades cotidianas. Tras consultar con su médico, normalmente unas 2 o 3 semanas después de la operación, podrá reanudar los deportes de resistencia como hacer marcha deportiva, correr, nadar o montar en bicicleta.

Lo que puede hacer usted mismo

- Si tiene alguna duda o no está seguro de cómo cuidar su herida, consulte a su médico. Si no entiende algo, dígalos de forma sincera. Si es necesario, pida que se lo muestren todo con detalle.
- Por regla general, puede ducharse de nuevo 48 horas después de la operación, ya que en Alemania el agua del grifo está muy limpia y además sobre la herida ya se ha formado una primera película protectora. Debe abstenerse de bañarse o de darse una sauna hasta que la herida haya cicatrizado por completo.
- Comente cualquier tema con el personal responsable. Si observa alguna desviación con respecto a las recomendaciones generales, pregunte los motivos.
- Observe la herida y preste atención a los posibles cambios que se produzcan en ella o en su cuerpo. Por ejemplo, la herida puede supurar y empaparse el apósito. Entonces será necesario cambiar el apósito.
- Preste atención a los signos de inflamación, como dolor, enrojecimiento o hinchazón. El inicio de una sepsis se puede reconocer por fiebre alta, aceleración del pulso y alteraciones de la conciencia. En caso de urgencia, llame al **112**.
- Algunas bacterias se han ido haciendo insensibles a los antibióticos, por lo que estos dejan de ser eficaces. Por eso es importante utilizar los antibióticos con mucha precaución y tomarlos exactamente según se los haya recetado el médico. Puede encontrar más información sobre el tema de la *resistencia a los antibióticos* en: www.patienten-information.de.
- Es aconsejable que acuda a sus citas de revisión, por ejemplo para cambiar el apósito o retirar los puntos. Es muy importante que acuda rápidamente al médico si tiene alguna duda o si la herida empeora. En este caso, esperar no es una buena solución, al contrario, es necesario actuar con rapidez.

Más información



Fuentes, metódica y enlaces

La presente información se basa principalmente en la "Recomendación de la Comisión de Higiene Hospitalaria y Prevención de Infecciones (KRINKO) del Instituto Robert Koch: Prevención de las infecciones postoperatorias de las heridas (2018)" y en las experiencias de los afectados.

Metódica y fuentes:

→ www.patienten-information.de/kurzinformationen/operationswunde#methodik

Más información resumida sobre temas de salud:

→ www.patienten-information.de



Aviso legal

Responsable del contenido:

Centre médical de la qualité en médecine (ÄZQ)

Sur mandat de:

Ordre fédéral des médecins (BÄK) et Association fédérale des médecins conventionnés (KBV)

e-Mail patienteninformation@azq.de

Web www.patienten-information.de
www.azq.de

KBV

Por recomendación