

Los cuerpos son fuertes y pueden sanar con cuidado y tiempo.

## BUSCA ATENCIÓN MÉDICA SI...

- El área alrededor de la herida está hinchada, firme, enrojecida/oscura o caliente al tacto.
- Te estás sintiendo enfermo incluso después de consumir (náuseas, fiebre, escalofríos).
- Ves huesos o tendones.
- Sientes dolor que empeora.
- Tienes drenaje o pus que aumenta.
- Aumento rápido de tamaño.
- Nuevo entumecimiento o incapacidad para sentir o usar las extremidades.

## CONSEJOS

- Aplicar ungüento o crema en la piel puede mantenerla saludable y prevenir heridas.
- La mayoría de las heridas sanan mejor cuando están cubiertas.
- Cuando sea posible, cambia las vendas cada uno o tres días o cuando el drenaje la haya absorbido.



Este folleto fue apoyado por una subvención de Instituto Nacional sobre el Abuso de Drogas (R21DA058582) y fue producida en colaboración con la Universidad de Brandeis.

[jefferson.edu/xylazineresponse](http://jefferson.edu/xylazineresponse)  
[jefferson.edu/sobrexilacina](http://jefferson.edu/sobrexilacina)

# CONCEPTOS

# BÁSICOS PARA EL

# CUIDADO

# DE HERIDAS POR

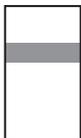
# XILACINA

¡Tratar las heridas a tiempo es clave! El cuerpo puede sanar si recibe el apoyo adecuado!

## HÚMEDA. Mantén la humedad.



vendaje interno



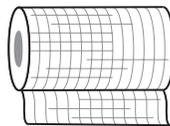
Bacitracin ungüento



cinta



A&D ungüento



rollo de gasa

- 1. Protege el área alrededor de la herida.** Aplica una capa de ungüento (A&D, Vaseline, bacitracina) alrededor de los bordes de la herida. Esto ayudará a proteger la piel del drenaje y evitará que la herida se agrande.
- 2. Colocar el vendaje interno.** Aplica ungüento sobre una gasa no adherente y colócala sobre la herida. Este es tu "apósito interno." ¿Qué ungüento uso en la gasa? ¡Cualquiera funciona! Si la herida se ve roja e "irritada", usa bacitracin. Si está sanando y mejorando, usa ungüento A&D o Vaseline.

## EL CUIDADO DE HERIDAS

### Qué hacer

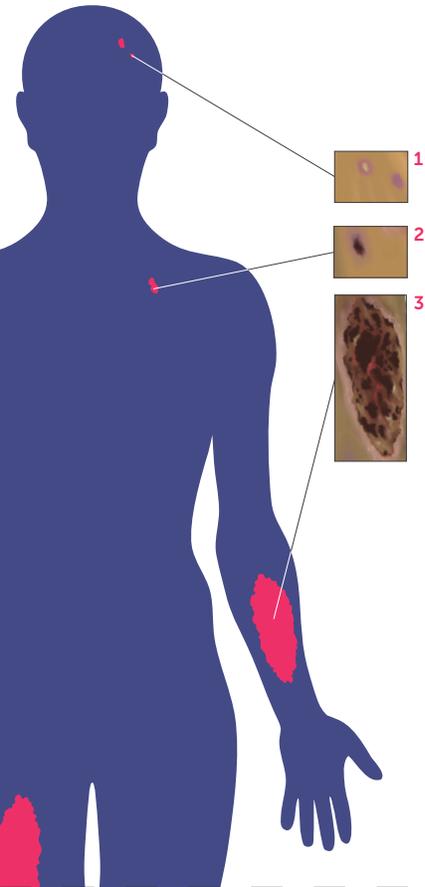
- Lávate las manos y limpia las heridas con agua y jabón.
- Usa ungüento o gasa no adherente para cubrir las heridas.
- Una herida seca no puede sanar. Aplica ungüento y manténla cubierta si es posible. Si se siente demasiado húmeda, absorbe el drenaje y cambia la gasa. Las heridas necesitan un balance para sanar.
- Si la herida se ve y se siente "irritada" o muestra otros signos de infección, busca ayuda médica.

### Qué no hacer

- No uses desinfectante de manos, alcohol, peróxido o cloro.
- Evita rascar, picar o arrancar las costras.
- No manipules demasiado las heridas más allá del cuidado básico.

Las heridas pueden aparecer sin importar si inyectas, fumas, o jalas. Pueden ocurrir en cualquier parte del cuerpo, no solo en el lugar donde inyectas.

## TUS HERIDAS PODRÍAN VERSE ASÍ...



**1.** Ampollas planas de color púrpura o ampollas tensas y elevadas.

**2.** Pequeñas heridas abiertas con algo de profundidad, con o sin tejido muerto.

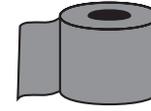
**3.** Heridas abiertas grandes con profundidad, con diferentes tipos de tejido (tejido muerto, tejido en cicatrización o piel normal).

**Heridas que muestran hueso y/o tendón o signos de infección: éstas necesitan atención médica.**

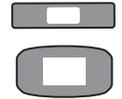
## CUBIERTA. Venda y mantén cubierta.



vendaje externo



venda elástica o Coban



curita

**1. Colocar el vendaje externo.** Coloca una capa de gasa seca o tela sobre el vendaje interno. Este es tu "vendaje externo" que ayudará a absorber el drenaje. No coloques gasa directamente sobre la herida: se pegará.

**2. Envuelve la herida.** Puedes envolverla con una venda elástica, más gasa o con Coban. La envoltura debe estar lo suficientemente ajustada para mantener los vendajes en su lugar, pero no tanto que corte la circulación: esto es especialmente importante con Coban.

## SEÑALES DE CICATRIZACIÓN

Puedes ver piel nueva/tejido cicatricial creciendo desde los bordes de la herida.

La herida duele menos.

La nueva piel puede generar picazón.

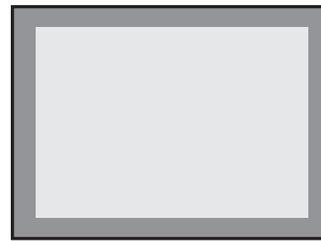
La herida se está haciendo más pequeña o menos profunda. El aspecto de una herida sana es rosado o rojizo, "abultado" o como adoquines (puede llamarse tejido de granulación).

7



# Tres pasos a seguir para el cuidado de heridas: LIMPIAR. HÚMEDA. CUBIERTA.

## LIMPIAR. Prepara el área.



almohadillas



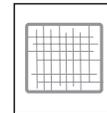
toallitas con alcohol



solución salina



guantes



gasa 4x4s



BZK toallitas

**1. Lávate o desinfecta tus manos.** Usa la toallita para manos y luego ponte guantes. Recuerda: una vez que tocas algo con los guantes, ¡ya no están limpios!

**2. Desenvuelve la herida y retira el vendaje viejo.** A veces los vendajes se pegan: si esto sucede, húmedcelo y retíralo con la mayor suavidad posible. Esto puede tomar tiempo, sé paciente con tu cuerpo.

**3. Limpia la herida.** Usa solución salina (también se llama "bala rosa") o agua y jabón.

**4. Retira el drenaje y el tejido muerto.** Con una gasa húmeda, limpia suavemente la herida y la piel alrededor para eliminar cualquier drenaje seco y tejido muerto que se desprenda fácilmente y sin dolor.



ESCANEA  
PARA UN  
VIDEO PRÁCTICO  
SOBRE CÓMO  
CUIDAR  
HERIDAS.

