

Prevención de infecciones del sitio quirúrgico

Lo que debe saber antes de la cirugía

¿Qué es una infección del sitio quirúrgico? (ISQ)

Una infección del sitio quirúrgico es una infección que se produce después de la cirugía en la parte del cuerpo donde se llevó a cabo la cirugía. La mayoría de los pacientes no desarrollan una infección, pero algunos sí. Cualquier corte hecho en la piel proporciona a los gérmenes un acceso fácil para causar una infección. Una infección puede comenzar de 2 días a 4 semanas después de la cirugía y puede extenderse de forma más profunda si no se trata.

Estas son algunas formas en las que puede ayudar a prevenir infecciones:

Antes de la cirugía:

- Informe a su equipo de atención acerca de cualquier problema que pueda tener y si anteriormente ha tenido una infección del sitio quirúrgico u otra infección grave.
- Averigüe lo que puede hacer para mantener bajo control sus niveles de azúcar en sangre antes, durante y después de la cirugía. El estrés de la cirugía puede causar una variación en esos niveles y hacerlo más propenso a tener una infección.
- Lleve una dieta saludable. Asegúrese de que su dieta incluya alimentos que sean ricos en vitaminas, minerales y proteínas.
- Si tiene sobrepeso, trate de bajar un poco de peso antes de la cirugía. Los pacientes que tienen sobrepeso son más propensos a desarrollar complicaciones, incluidas las infecciones.
- Si fuma y desea dejar de fumar, trate de hacerlo antes de la cirugía. Los pacientes que fuman contraen más infecciones y fumar retarda el proceso de curación. Contamos con recursos para ayudarlo a dejar de fumar.
- No afeite o depile la zona en la que tendrá la cirugía. Esto puede irritar la piel y facilitar el desarrollo de una infección.
- Tome una ducha con jabón antiséptico la noche anterior y la mañana de la cirugía. Se le puede dar una solución especial para limpiar su piel. Siga las indicaciones que le den. No se aplique lociones, polvos, spray para el cabello o maquillaje el día de la cirugía. Después de darse una ducha con el jabón, asegúrese de dormir con sábanas limpias y póngase ropa limpia.

En el momento de la cirugía:

- Notifique a su equipo de atención si tiene infecciones, erupciones o llagas en la piel.
- Informe si ve que los miembros del equipo de atención no se lavan las manos antes de examinarlo.
- Si tiene frío, pida mantas calientes. Mantener el calor inmediatamente antes, durante y hasta cuatro horas después de la cirugía ayuda a reducir el riesgo de infección.

Prevención de infecciones del sitio quirúrgico

Lo que debe saber antes de la cirugía

Mientras está en el hospital:

- Informe si ve que los miembros del equipo de atención no se lavan las manos antes de examinarlo.
- Pregunte a su equipo de atención cuándo puede levantarse y moverse. Por lo general, cuanto más pronto pueda levantarse y moverse, más rápido será el proceso de curación.
- Mantenga una botella de gel de manos sin agua cerca de su cama y úselo con frecuencia (se le entregará cuando finalice la cirugía y vuelva a su habitación). En el hospital, la forma más común de transmisión de los gérmenes es a través de las manos. Cuando sus manos estén visiblemente sucias, lávelas con agua y jabón.
- Haga recordar a todos los visitantes que también se laven las manos.
- Si observa que el vendaje se afloja o está húmedo, solicite a una enfermera que se lo cambie. Los vendajes deben mantenerse limpios y secos para ayudar a proteger su piel. También informe a su enfermera si se afloja un tubo de drenaje o catéter.
- Si necesita un catéter urinario después de la cirugía, recuérdelo a su equipo de atención que debe quitárselo lo antes posible para reducir el riesgo de infección. También es importante que beba la mayor cantidad de líquidos que se le permita para ayudar a limpiar las vías urinarias.
- Si su médico le receta ejercicios de respiración después de la cirugía, asegúrese de seguir las indicaciones para cumplir con la frecuencia y la duración de los ejercicios. Esto ayudará a mantener los pulmones limpios. También debe estar tan activo como su médico se lo permita. Incluso una caminata lenta por la habitación ayuda a su cuerpo a sanar.
- Antes de salir del hospital, asegúrese de que entiende todas las indicaciones de su equipo de atención, que incluyen los medicamentos, el baño, el cuidado de las heridas, el nivel de actividad que puede hacer y cuándo hacer un seguimiento con su proveedor.

Cuando esté en su casa:

- Lávese las manos antes y después de tocar la herida o el vendaje.
- Siga las indicaciones de su proveedor para cambiar el vendaje, pero en general:
 - Mantenga la herida limpia y seca durante las primeras 24 horas. En la mayoría de los casos, puede tomar una ducha después de 48 horas, pero pregunte a su proveedor para obtener indicaciones específicas.
 - Siga las indicaciones de su proveedor para cambiar el vendaje, limpiar la herida y saber cuándo quitar las suturas.
 - Utilice sólo una toalla limpia para lavar la herida suavemente. Séquela con una toalla o gasa limpia.
- Cambie el vendaje en una habitación limpia. Guarde los suministros para el vendaje en una bolsa limpia. Tire de inmediato el vendaje sucio y recuerde lavarse las manos.
- Si su proveedor le recetó antibióticos, asegúrese de tomarlos todos. No omita ningún medicamento.
- Duerma lo suficiente. Evite hacer actividades extenuantes.
- Use ropa suelta.
- Mantenga una dieta saludable:
- Esté atento a los síntomas de infección. Llame a su médico inmediatamente o vaya a la sala de emergencias más cercana si experimenta cualquiera de los siguientes síntomas:
 - Fiebre de más de 100.4° F o escalofríos,
 - Inflamación, enrojecimiento o calor alrededor de la herida,
 - Dolor excesivo en el lugar de la incisión,
 - Drenaje de líquido turbio, con sangre o de color verdoso que proviene de la incisión,
 - Mal olor proveniente de la incisión; o bien,
 - Separación o apertura de la incisión.