

7 consejos para prevenir infecciones durante la cura

Artículo elaborado por el equipo de enfermería con siete consejos prácticos para evitar infecciones durante el proceso de cura.

Equipo de Enfermería Piel de Mariposa DEBRA

1. Higiene de manos

La **higiene de manos y la utilización de guantes deben realizarse continuamente durante todo el proceso de cura**. La higiene de manos tiene como objetivo reducir el número de microorganismos que tenemos en nuestra piel y que podemos transmitir. Se compone de dos procesos: **lavado de manos** (con agua y jabón) + **desinfección** (con productos de base alcohólica o jabón antiséptico).

Cómo lavarse las manos correctamente, paso a paso:



2. La bañera

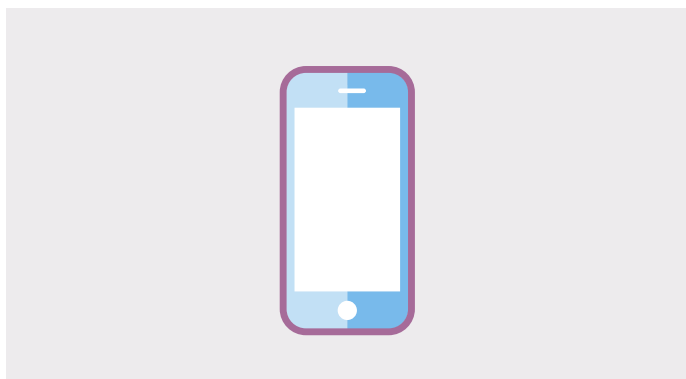
Antes de comenzar la cura, es recomendable **limpiar la bañera o ducha y las cortinas** del baño o los carriles de la mampara **con lejía y repetir este mismo proceso tras finalizarla**.

Durante el baño se puede utilizar lejía para la desinfección de las heridas, una o dos veces por semana. Debemos utilizar aquella que especifique en su envase "apta para el consumo humano". En una bañera llena de agua, la cantidad de lejía a añadir debe ser de unos 50 ml.



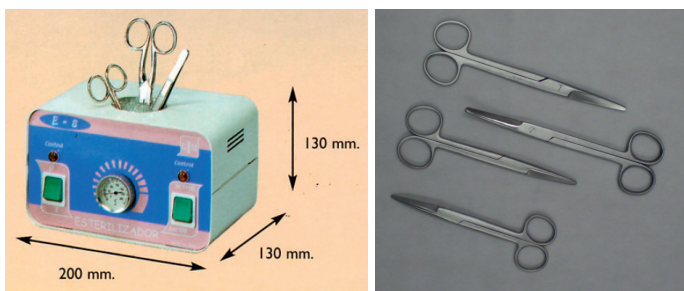
3. Móviles y Tablets

Los aparatos **móviles y tablets** son un gran recurso como medida de distracción durante las curas, sin embargo también **pueden ser un foco de infección**. La medida de precaución más segura sería utilizar fundas y protectores que pudiésemos quitar del móvil o tablet, lavarlas y desinfectarlas y volver a colocar en el dispositivo antes de la cura. Al mismo tiempo, es recomendable limpiar el móvil o tablet con productos de limpieza/desinfección específicos para dispositivos electrónicos.



4. Instrumental de cura: Tijeras y pinzas

Para la realización de la cura de una persona con EB, es necesario contar con instrumental específico: tijeras y pinzas. Pero para evitar infecciones es necesario una buena limpieza y desinfección del mismo. **Es conveniente que el instrumental sea de acero inoxidable para poder esterilizarlo** una vez usados. Existen esterilizadores pequeños que podríamos tener en casa para realizar dicho proceso. Si no pudiéramos contar con este recurso otra opción sería sumergir el material en agua hirviendo, aunque no es igual de efectivo que el comentado anteriormente. Otra posible opción sería dejar los materiales de cura a la enfermera de referencia del centro de salud y que sean ellos los encargados de esterilizarlos cada cierto tiempo.



5. Zona limpia / Zona sucia

El lugar elegido para realizar la cura y para guardar el material debe estar lo más limpio posible. Necesitaremos una **mesa para colocar el material que debe ser limpiada cuidadosamente antes y después de la cura**. Podemos usar una sábana recién lavada para cubrirla.

Bajo ningún concepto debemos dejar en esta zona limpia los apósitos y vendajes que retiramos de las heridas, las agujas que utilizamos u otros elementos ya empleados en la cura. Todos estos materiales debemos dejarlos en otra zona, zona sucia. Importante, ambas zonas deben estar separadas una de la otra.



6. Cuándo curar una herida infectada

Si existe una **herida infectada**, lo más recomendable es **curar en última instancia** dicha herida de esta forma **evitaríamos el riesgo de contaminación** a otras heridas. Importante, lavar bien las manos antes de la cura de esta herida y después de terminar el proceso.



7. Conservación del material de cura

No es aconsejable **recortar los apósitos a través del envase**, ya que los microorganismos que se depositan en la superficie pueden ser **traspasados** hasta el apósito estéril. Se debe siempre abrir el envase con las manos limpias, y a continuación sacar el apósito y recortarlo a la medida necesaria. Una vez cortado, debemos conservar el apósito restante dentro del envase, cerrarlo con un poco de esparadrapo y guardarlo en una zona fresca y sin contacto directo con la luz.



Recuerda

Debes lavarte las manos y utilizar guantes no sólo al principio y al acabar, sino varias veces durante la cura, especialmente antes y después de tratar una herida infectada.

Es preciso limpiar con lejía toda la zona de baño (bañera/ducha, mampara, railes, cortina de ducha...) antes y después del baño.

Tabletas y móviles también pueden ser foco de infecciones, es importante mantenerlos limpios.

Siempre esterilizar el instrumental (tijeras, pinza...) una vez usado.

Nunca poner apósitos y materiales usados en la "zona limpia" de la cura, y mantener la zona limpia y sucia lo más alejadas posibles.

Dejar las heridas infectadas para el final de la cura para evitar contaminar otras zonas.

No cortes apósitos con el envase puesto, sácalo con las manos limpias y córtalo con tijeras esterilizadas para que el apósito no se contamine.