

RINCON DE ENFERMERIA

CURA HÚMEDA

Autores: Noelia González Tamayo, M^a de las Mercedes Casares Román, Jessica M^a Arnaiz González; Silvia Vallejo Álvarez, M^a Esther Saldaña Bernal y M^a Yolanda Santa Cruz Lomas

La cura húmeda en heridas quirúrgicas ha demostrado ser más eficaz que la cura seca, promoviendo una cicatrización más rápida y con menos complicaciones. Esta técnica consiste en mantener un ambiente húmedo y semioclusivo que favorece la migración celular y la angiogénesis, esenciales para la formación de nuevo tejido

Una humedad adecuada reduce el tiempo de curación, permitiendo que las heridas se cierren hasta dos veces más rápido.

La cura semioclusiva mantiene un pH levemente ácido en el lecho de la herida y crea un ambiente bacteriostático, reduciendo el riesgo de infecciones

El ambiente húmedo facilita la proliferación de queratinocitos y fibroblastos, cruciales para la reparación del tejido; la síntesis de colágeno, fundamental para la estructura de la piel y la regulación del exudado, evitando el daño a los tejidos circundantes. Consideraciones Prácticas:

Es importante seleccionar el tipo adecuado de apósito según el nivel de exudado y las características específicas de la herida. Existen diversas opciones como apósitos hidrocélulares, alginatos o con plata, cada uno diseñado para necesidades particulares. Aunque los costos iniciales pueden ser mayores, a largo plazo se considera más coste-efectivo debido a la reducción en complicaciones, menor número de cambios de curas y disminución de tiempos de tratamiento

Conclusiones:

La evidencia respalda el uso de la cura húmeda como estándar en el tratamiento de heridas quirúrgicas. Su implementación no solo mejora la

calidad del proceso de cicatrización, sino que también contribuye a una mejor calidad de vida para los pacientes al reducir el dolor, la frecuencia de las curas y las complicaciones asociadas con métodos tradicionales

Referencias bibliográficas:

1. *Curas en Ambiente Húmedo vs. Curas en Ambiente Seco*. (2018, marzo 26). CMUC. <https://www.centroulcerascronicas.com/noticias/cura-humeda-vs-cura-seca/>
2. *Entendiendo la Cura en Ambiente Húmedo*. (s/f). Coloplastprofessional.es. <https://www.coloplastprofessional.es/aprendizaje/conocimiento/aprendizaje/Cicatrizacion-de-la-herida/entendiendo-la-Cura/?legalconsented=true>
3. Fürstenheim Milerud, L. P., & Amat-Camats, G. (2023). Cura seca versus cura en ambiente húmedo aplicadas a la cirugía menor en la exéresis de fibromas blandos: ensayo clínico aleatorizado. *Atención Primaria Práctica*, 5(2), 100174. <https://doi.org/10.1016/j.appr.2023.100174>
4. *Terapéutica Local: Fundamentos de la Cura en Ambiente Húmedo*. (s/f). Ulceras.net. <https://ulceras.net/monografico/118/105/terapeutica-local-fundamentos-de-la-cura.html>
5. *Ventajas de la cura en ambiente húmedo en la cicatrización*. (s/f). Leukoplast.es. <https://www.leukoplast.es/blog/tipos-heridas/cura-en-ambiente-humedo>

VENTAJAS

Aceleración de la cicatrización: La humedad adecuada reduce el tiempo de curación, permitiendo que las heridas se cierren hasta dos veces más rápido.

Menor dolor y trauma: Los apósitos modernos no se adhieren al lecho de la herida, lo que minimiza el dolor al cambiarlos.

Protección contra infecciones: Mantener un pH levemente ácido en el lecho de la herida crea un ambiente bacteriostático, reduciendo el riesgo de infecciones.

Estimulación del tejido granuloso: La cura húmeda favorece el crecimiento de tejido de granulación, esencial para una cicatrización efectiva.

PASOS PARA UNA CORRECTA CURA HÚMEDA:

1- Limpia la herida quirúrgica: lava la herida quirúrgica para eliminar residuos y prevenir infecciones.

2- Selección de apósito: utiliza apósitos adecuados tales como alginatos, hidrocoloides o hidrogeles que mantengan la humedad y protegen la incisión de agentes externos.

3- Mantenimiento del ambiente húmedo: asegura que la herida quirúrgica permanezca húmeda para favorecer la cicatrización y reducir el dolor.

4-Vigilancia: cambia el apósito según sea necesario, controlando el exceso de exudado revaluando el progreso de la cicatrización.