



## ¿Qué es una Herida por Punción?

Las heridas por punción y las cortaduras no son la misma cosa. Una herida por punción tiene un orificio de entrada pequeño causado por un objeto puntiagudo — por ejemplo, una puntilla sobre la que usted se para. En cambio, una cortadura es una herida abierta que no produce un “hoyo” sino más bien un corte largo en la piel. Las heridas por punción requieren de un tratamiento diferente al de las cortaduras porque estos pequeños huecos en la piel pueden disfrazar lesiones graves.

Las heridas por punción son comunes en los pies, especialmente en climas cálidos cuando las personas andan descalzas. Pero a pesar de que ocurren con frecuencia, las heridas por punción en los pies están entre las lesiones que son tratadas de manera más inadecuada. Este es un motivo de gran preocupación, porque si no son tratadas de manera apropiada, pueden dar lugar a infecciones u otras complicaciones.

Es especialmente importante recibir el tratamiento adecuado dentro de las primeras 24 horas siguientes a una herida por punción porque estas conllevan el peligro de que el objeto punzante (“cuerpo extraño”) se incruste bajo la piel. Las investigaciones demuestran que las complicaciones asociadas con las heridas por punción pueden ser prevenidas si el paciente recibe tratamiento profesional inmediatamente.

## Cuerpos Extraños en Heridas por Punción

Una variedad de cuerpos extraños se pueden incrustar en una herida por punción. Las puntillas, vidrios, palillos, agujas de coser, agujas de insulina, y conchas marinas son objetos punzantes comunes. Además, partes de su propia piel, media y zapato pueden ser forzadas dentro de la herida durante una punción, así como mugre y desechos del objeto. Por su naturaleza, todas las heridas por punción son heridas sucias porque conllevan la penetración de un objeto que no está esterilizado.

Sin importar que tipo de cuerpo extraño sea, cualquier cosa que permanezca en la herida aumenta las posibilidades de generar otros problemas, ya sea en el futuro próximo o más adelante.

## Gravedad de las Heridas

Hay diferentes maneras de determinar la gravedad de una herida por punción. La profundidad de la herida es una forma de evaluar qué tan grave es la herida. Mientras más profunda sea la punción, mayores serán las probabilidades de sufrir complicaciones, tales como infecciones. Muchos pacientes no pueden juzgar qué tan profunda es la punción en su pie. Por lo tanto, si usted se paró sobre algo que le haya penetrado la piel, busque tratamiento tan pronto como sea posible.

El tipo y la “limpieza” del objeto penetrante también determinan la gravedad de la herida. Los objetos

más grandes o largos pueden penetrar más profundamente en los tejidos, probablemente causando más daño. Mientras más sucio sea un objeto, tal como una puntilla oxidada en comparación con una aguja de coser, más mugre y desechos son arrastrados dentro de la herida, lo que puede aumentar las posibilidades de infección.

Otro factor que puede determinar la gravedad de la herida es si usted estaba usando medias y zapatos o si estaba descalzo(a). Partículas de las medias o los zapatos pueden quedar atrapadas en una herida por punción.

## Tratamiento de las Heridas por Punción

La clave para un adecuado tratamiento es la siguiente: Una herida por punción debe ser limpiada de manera apropiada y observada durante todo el proceso de curación para evitar complicaciones.

Incluso si usted ha ido a una sala de emergencias para recibir tratamiento inmediato de su herida por punción, visite a un cirujano de pie y de tobillo para una limpieza exhaustiva y un cuidadoso seguimiento. Mientras más pronto lo haga, mejor – ojalá dentro de las 24 horas siguientes a la lesión, si es posible.

El cirujano de pie y de tobillo está capacitado para tratar estas lesiones apropiadamente y se asegurará que su herida sea limpiada de manera adecuada y que no permanezca en ella ningún cuerpo extraño. Él o ella pueden anestesiarse el área, limpiar la

herida concienzudamente por dentro y por fuera, y hacerle seguimiento a su progreso. En algunos casos le pueden ser ordenadas radiografías para determinar si todavía hay algo en la herida o si el hueso ha sufrido algún daño. Le pueden ser recetados antibióticos para tratar o prevenir una infección.

Tan pronto regrese a casa, asegúrese de seguir las instrucciones

del cirujano de pe y de tobillo detenidamente para evitar complicaciones (vea “Heridas por Punción: Lo Que Usted Debe Hacer”).

### **Cómo Evitar Complicaciones**

Las infecciones son una complicación común de las heridas por punción, y pueden generar consecuencias graves. En ocasiones una infección cutánea menor evoluciona

en una infección ósea o de la articulación, de manera que debe estar consciente de las señales que debe buscar. Una infección cutánea menor puede desarrollarse de 2 a 5 días después de la lesión. Las señales de una infección menor que se presentan alrededor de la herida incluyen dolor o irritación, enrojecimiento, y posiblemente drenado, hinchazón y calor. También puede darle fiebre. Si estas señales no mejoran, o si reaparecen después de 10 a 14 días, una infección grave en la articulación o el hueso puede haberse desarrollado.

Otras complicaciones que pueden surgir de un tratamiento inadecuado de heridas por punción incluyen la cicatrización dolorosa en el área de la herida o un quiste duro donde el cuerpo extraño ha permanecido dentro de la herida.

Si bien las complicaciones de las heridas por punción pueden ser bastante graves, un adecuado y pronto tratamiento puede jugar un papel crucial para prevenirlas. ▲

## **Heridas por Punción: Lo Que Usted Debe Hacer**

- Busque tratamiento de manera inmediata.
- De ser necesario, hágase vacunar contra el tétano (por lo general cada 5 años).
- Vaya donde un cirujano de pie y de tobillo dentro de las siguientes 24 horas de haber sufrido la herida.
- Siga las instrucciones de su médico:
  - Mantenga su vendaje seco.
  - No obligue al pie lastimado a soportar peso.
  - Tome todos sus antibióticos (si le son recetados).
  - Tómese la temperatura regularmente.
  - Esté alerta a las señales de infección (dolor, enrojecimiento, hinchazón, fiebre). Llame a su médico si presenta cualquiera de estas señales.

