

## CUIDADOS DE ENFERMERIA EN CONTUSIONES ESGUINCES Y LUXACIONES

---

En contusiones, esguinces y luxaciones está indicada la elevación de la extremidad para evitar o disminuir el edema localizado que se presenta en las lesiones, lo cual se logra colocando al paciente en una cama que por medio de aditamientos especiales adquiera la posición deseada, o bien, improvisar esta posición con ayuda de almohadas, con sacos de arena debajo de la extremidad lesionada, etc.

El paciente ambulante se mantiene en brazo elevado con cabestrillo y en la mano se coloca unos 10-20 cm más alto que el codo.

Se logra apoyo y sostén de la zona lesionada con la aplicación de vendajes con el objetivo de proteger y comprimir aliviando el edema y el dolor.

La aplicación del vendaje debe ser firme, eficaz y fácil de retirar ya que se debe aprovechar al máximo el efecto del mismo.

La parte a vendar debe estar limpia y seca, colocando comodamente al paciente para llevar a cabo el procedimiento,

colocando en posición de función (Flexión, Extensión) las articulaciones a vendar, en la aplicación de vendajes enyesados se protege la piel y salientes óseas con wata o webril y apósitos de algodón.

El vendaje se aplica en las extremidades de la parte distal al centro, siendo la presión del vendaje uniforme ya que durante la contracción de los músculos aumenta de volumen y disminuyen por la relajación.

La enfermera debe observar y prestar oídos a la queja más insignificante del paciente para evitar o tratar a tiempo cualquier complicación que se presente, vigilando constantemente coloración, temperatura y sensibilidad de la extremidad vendada.

Otra indicación efectiva en el cuidado de enfermería es la aplicación intermitente de frío, se hace por medio de bolsas de hielo, buscando los siguientes efectos.

- 1.- Reducir la corriente circulatoria.
- 2.- Cohibir la hemorragia.
- 3.- Detener procesos supurantes.
- 4.- Absorción de líquidos tisulares.
- 5.- Reducir el edema y el dolor.
- 6.- Solo debe aplicarse entre 30 min y 1 hora.

Otra forma de usar frío es por medio de compresas - sumergidas en agua helada y colocadas por 5 min agregando hielo para que las compresas permanezcan frías, se debe usar una toalla bien exprimida después de mojarla.

La aplicación prolongada de frío intenso destruye - los tejidos, se toman en cuenta los principios de asepsia durante todo el procedimiento, y se usan artículos estériles en la aplicación de frío en lesiones en las cuales han quedado expuestos tejidos internos.

La enfermera vigilará la zona en la que se aplica - frío buscando lesión tisular, la región afectada aparece de color azul púrpura, azul jaspeado embotado y rígida.

También la aplicación de calor nos da un buen resultado en pacientes que presentan luxación esguince o contusión en miembros torácicos. La aplicación de calor se lleva a cabo por medio de bolsas con agua caliente aplicadas en la región ordenada, siendo la temperatura no superior de 48.9 para el adulto y 43.3 a 46.1 para el niño. Se calentará la bolsa llenándola con agua caliente y vaciándola después, esta medida evita el enfriamiento del agua cuando se hecha a la bolsa, la cual debe quedar debidamente tapada, la bolsa se llena una tercera parte o a la mitad según la zona en que se aplique.

Se observará con frecuencia la zona sometida a la ac  
ción del calor por si aparecen síntomas de quemaduras, ya que -  
algunas partes del cuerpo son más sensibles como la cara inter-  
na de las extremidades.

Lo mismo que se tendrá mayores precauciones cuando-  
haya que aplicar calor a niños o ancianos y pacientes con pérdi-  
da del conocimiento.

Aplicación de calor húmedo con ayuda de compresas,  
o apósitos saturándolas con una solución caliente y exprimiendo  
las después.

La humedad se conserva mediante la envoltura de la-  
zona con una pieza delgada de caucho, plástico o papel encerado  
y el calor se conserva cubriendo la parte donde se aplica el ca  
lor con un arco protector provisto de un foco, cambiándose el a  
pósito al empezar a secarse.

Para la aplicación de calor húmedo ocuparemos el si  
guiente equipo:

Una charola.

2 pinzas de anillos.

2 toallas.

1 abatelenguas con gasa.

Lubricante.

1 pichel con agua caliente.

1 bandeja.

Hule para proteger la cama.

Se coloca al paciente en una posición cómoda para llevar a cabo el procedimiento, lubricamos la piel en la región donde se va a aplicar el calor para evitar la resequeza de la piel, se vacía el agua caliente en la bandeja, con ayuda de una pinza empapamos una toalla con el agua caliente ya que se encuentra bien mojada, se procede a exprimirla con la ayuda de la otra pinza que se coloca en la otra esquina de la toalla en forma diagonal y con movimientos inversos se procede a exprimirla.

El sitio lubricado se cubre con la mitad de la otra toalla seca, colocando encima de esta la toalla húmeda caliente para cubrirla con la otra mitad restante de la toalla seca. En los esguinces y luxaciones para precisar si no hay lesión de un hueso, los pacientes son sometidos a examen radiográfico.

En las luxaciones puede haber lesión irreparable si alguna persona inexperta intenta reducir una luxación. La reducción suele hacerse bajo anestesia general, llevando la cabeza del hueso luxado a la cavidad articular, inmovilizando la articulación con vendajes y férulas durante 3 a 4 semanas. La enfermera debe estar alerta a la prevención de fibrosis y rigidez resultantes en los músculos y partes articulares lesionadas, siendo el mejor tratamiento la actividad del paciente; en algunos casos el apoyo aplicado puede permitir la función desde el co-

mienzo, cuando no es posible, médico y enfermera deben de ayudar por medio de alguna forma de fisioterapia.

Los ejercicios pasivos que se incorporan en la atención diaria comprenden el movimiento de todas las articulaciones en su función fisiológica (extensión, flexión, abducción aducción).

El hombro lo podemos ejercitar con ayuda de poleas.

El codo doblando el brazo, la mano poniéndola sobre la superficie de una mesa en forma extendida, de ser posible el mismo paciente se ayuda con la mano no afectada a extender cada dedo de la muñeca.

El movimiento de los dedos se mantiene apretando una pelota de caucho.