

COMO CURAR MI HERIDA EN CASA



Cuando te haces una herida, primero mantén la calma, y después, sigue los siguientes pasos:

1º Lávate las manos

Utiliza agua y jabón. Sécate bien y utiliza una toalla limpia.



2º Lava la herida

Emplea suero fisiológico o en su lugar, agua del grifo.

Seca la herida con gasa o con un paño limpio.



3º Aplica antiséptico

Utiliza un antiséptico como la clorhexidina o el yodo. Déjalo secar.

No utilices pomadas, algodón



4º Coloca un apósito

Tapa la herida con una gasa y esparadrapo o un apósito adhesivo adecuado.



Revisa la herida al día siguiente

Si ves que el apósito está lleno de sangre o la herida te duele muchísimo, llama a tu centro de salud.

