

Yeso o vendaje compresivo

El yeso y el vendaje compresivo se utilizan para inmovilizar una extremidad y, así, darle tiempo para que se recupere después de una lesión de los músculos, tendones o huesos. Hay que cuidar tanto la extremidad como el propio vendaje o yeso: haga el reposo que le recomienden; sin embargo, evite un reposo absoluto que pueda favorecer la aparición de trombos.

Recomendaciones

- El yeso no estará completamente seco hasta pasadas 48 horas: en este periodo procure no movilizar demasiado la extremidad afectada y evite apoyarla.
- Procure mantener la extremidad elevada (le ayudará a bajar la inflamación):
 - Si tiene afectada una extremidad superior (brazo, codo, mano, dedos o antebrazo), colóquela a la altura del corazón y mueva los dedos con frecuencia.
 - Si tiene afectada una extremidad inferior (pie, tobillo o rodilla), manténgala elevada sobre una almohada y mueva los dedos del pie.
 - Al tumbarse mantenga la extremidad elevada.

- Controle el color y la temperatura de los dedos de la extremidad afectada.
- Mueva a menudo y con fuerza los dedos de la extremidad inmovilizada.
- No moje ni recorte el vendaje o el yeso. Para el baño y la higiene emplee una bolsa de plástico.
- No introduzca entre la piel y el vendaje o el yeso objetos para rascarse.

Consulte con su médica o médico si...

- Aparece una inflamación importante.
- Los dedos están morados o fríos.
- El dolor aumenta o tiene fiebre.
- El yeso se rompe.

