



Instrucciones para el Cuidado del Yeso

MANTÉNGALO SECO

- ¡El yeso no debe mojarse! El yeso Mojado causa irritación en la piel e infecciones.
- Para bañarse:
 - Cubra el yeso con una toalla y luego con una bolsa de plástico
 - Sujete la bolsa de plástico con cinta adhesiva o con una banda elástica
 - **Nunca** sumerja el yeso bajo el agua
 - Para niños de 3 años de edad y menores: solo dejes baños de esponja
- Mantenga una bolsa de plástico de repuesto en su auto, bolso, o en la mochila de su hijo(a) en caso de lluvia o nieve.

ELÉVELO

- Eleve el yeso para prevenir hinchazón de los dedos de manos y pies.
 - Para las extremidades superiores:
 - Mantenga la mano elevada por encima del codo y el codo por encima del hombro
 - Use un cabestrillo para elevarlo mientras está parado
 - Para las extremidades inferiores:
 - Mantenga el pie por encima de la rodilla y la rodilla por encima del hombro
 - Siempre mantenga el talón flotando, colocando una almohada bajo la pantorrilla
- Es especialmente importante mantener la elevación durante las primeras 24-48 horas, pero puede ser necesario continuar durante más tiempo, dependiendo de la lesión.

CUIDADO DE LA PIEL

- El yeso puede provocar comezón. **Nunca** coloque nada dentro o por debajo del yeso.
 - **No** aplique loción o talco dentro del yeso.
 - **No** remueva el relleno del interior del yeso.
- Para aliviar la comezón:
 - Anime a su hijo(a) a que disminuya su nivel de actividad. Sudar causa que la piel por debajo del yeso se caliente y sienta comezón.
 - Lance aire frío dentro del yeso con un abanico, secadora de cabello (a temperatura fría), o aire acondicionado.
 - Aplique una bolsa de hielo envuelta en un paño sobre el yeso. Puede dejar el hielo durante 20 minutos cada hora. Nunca aplique hielo directamente sobre la piel o el yeso.
 - Golpee suavemente sobre el yeso con una cuchara de madera u otro objeto redondo.
 - Dele a su hijo(a) medicamento para la alergia de venta libre como *Claritin*, *Zyrtec*, o *Benadryl*. Estos medicamentos pueden ayudar a aliviar la comezón y no requieren receta médica. Pregunte al farmacéutico cuánto debe darle, si es necesario.
- Si su hijo(a) no puede moverse por sí mismo, cambie su posición cada 2 horas durante el día y cada 4 horas durante la noche para prevenir lesiones en la piel debajo del yeso.

CUANDO DEBE BUSCAR AYUDA

Por favor notifique a nuestro personal si

1. Los dedos de las manos o los pies de su hijo(a):
 - se ven pálidos, azules, o descoloridos
 - tienen menor sensibilidad
 - tienen mayor hinchazón
 - tienen menor o ningún movimiento
 - sienten hormigueo o “pinchazos”
 - sienten mayor dolor
 - ya no se pueden ver porque el yeso o el yeso/cabestrillo se está “deslizándose”
2. Si algo se atora dentro del yeso
3. Si se rompe, se moja, o se cae el yeso
4. Si hay un mal olor dentro del yeso
5. Si su hijo(a) está irritable, o tiene fiebre sin ninguna otra razón obvia
6. Si su hijo(a) tiene dolor que no se alivia con medicamento

NÚMEROS DE TELÉFONO

Enfermería Ortopédica: **202-476-5562** (7:30am a 4:00pm lunes a viernes)

Doctor Ortopedista Después de horas hábiles: **202-476-5000** (pida hablar con el residente de ortopedia de guardia)

Citas en Ortopedia: **202-476-2112, opción 2**