



GUÍA DE RECOMENDACIONES PARA EL ALTA DE PACIENTES

Urgencias, atención primaria y hospitalaria

SUSANA CABRERIZO DOMÍNGUEZ

JOSÉ LUIS GUILLAMÓN MORALES

LUIS MÉRIDA RODRIGO



**mazing
books®**

Medicina
Pacientes

GUÍA DE RECOMENDACIONES PARA EL ALTA DE PACIENTES

Urgencias, atención primaria y hospitalaria

Susana Cabrerizo Domínguez

José Luis Guillamón Morales

Luis Mérida Rodrigo

Es propiedad de: © 2020 Amazing Books S.L. www.amazingbooks.es

Director editorial: Javier Ábrego Bonafonte

Amazing Books S.L.
Rosa Chacel Nº 8 Escalera 1º 4º C
50018 Zaragoza - España.

Primera edición. Julio de 2020

ISBN: 978-84-17403-73-7

Cómo citar este libro: Guía de recomendaciones para el alta de pacientes. Urgencias, atención primaria y hospitalaria. Susana Cabrerizo Domínguez, José Luis Guillamón Morales, Luis Mérida Rodrigo. Editorial Amazing Books, ISBN: 978-84-17403-73-7

Reservados todos los derechos.

Cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública o transformación de esta obra solo puede ser realizada con la autorización de sus titulares, salvo excepción prevista por la ley. Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos) si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra (www.conlicencia.com); solicite autorización en el teléfono +34 976 077 006, +34 917 021 970 o escribiendo al e-mail: info@amazingbooks.es

Amazing Books S.L. queda exonerada de toda responsabilidad ante cualquier reclamación de terceros que pueda suscitarse en cuanto a la autoría y originalidad de dicho material, así como de las opiniones y contenidos, que son intrínsecamente atribuibles al autor.

Las imágenes incluidas en la cubierta pertenecen a la licencia estándar 123RF. Para cualquier aclaración al respecto diríjanse escribiendo a la siguiente dirección de e-mail: info@amazingbooks.es

Sumario

Capítulo 1 Recomendaciones en patología ocular

- 1.1** Conjuntivitis (vírica / bacteriana)
- 1.2** Conjuntivitis alérgica
- 1.3** Orzuelo
- 1.4** Úlcera corneal
- 1.5** Hiposfagma o hemorragia subconjuntival
- 1.6** Uso de gotas / pomadas oftálmicas

Capítulo 2 Recomendaciones en patología de otorrinolaringología

- 2.1** Otitis externa
- 2.2** Otitis media
- 2.3** Cuerpo extraño en el oído (tapón de cerumen)
- 2.4** Rotura del tímpano
- 2.5** Sinusitis
- 2.6** Rinitis alérgica
- 2.7** Sensación de cuerpo extraño en la garganta
- 2.8** Sangrado nasal (epistaxis)
- 2.9** Faringitis, amigdalitis y dolor de garganta (odinofagia)

- 2.10** Mononucleosis infecciosa
- 2.11** Laringitis
- 2.12** Disfonía o ronquera
- 2.13** Heridas y traumatismos en la mucosa oral
- 2.14** Traumatismo nasal
- 2.15** Uso de gotas óticas
- 2.16** Cómo realizar lavados nasales y paranasales

Capítulo 3 **Recomendaciones en patología neurológica**

- 3.1** Vértigo periférico
- 3.2** Cefalea / migraña
- 3.3** Traumatismo craneoencefálico sin pérdida de conocimiento
- 3.4** Crisis epiléptica

Capítulo 4 **Recomendaciones en patología traumatólogica y osteomuscular**

- 4.1** Cervicalgia (esguince cervical)
- 4.2** Contusión / fisuras / fracturas costales
- 4.3** Hombro doloroso
- 4.4** Dolor de muñeca
- 4.5** Lumbalgia / Lumbociática
- 4.6** Esguince de tobillo
- 4.7** Cuidado de vendajes y férulas

Capítulo 5 **Recomendaciones en patología respiratoria**

- 5.1** Catarro común / cuadro gripeal
- 5.2** Coronavirus COVID-19 / SARS-CoV-2
- 5.3** Agudizaciones de asma

- 5.4** Agudizaciones de EPOC
- 5.5** Infecciones respiratorias de alta domiciliaria
- 5.6** Uso de inhaladores

Capítulo 6 **Recomendaciones en patología cardiaca y vascular**

- 6.1** Insuficiencia cardiaca
- 6.2** Crisis hipertensiva
- 6.3** Tromboflebitis superficial y trombosis venosa profunda

Capítulo 7 **Recomendaciones en patología digestiva**

- 7.1** Reflujo gastroesofágico
- 7.2** Gastroenteritis
- 7.3** Estreñimiento
- 7.4** Meteorismo
- 7.5** Cólico biliar no complicado

Capítulo 8 **Recomendaciones en patología nefro - urológica**

- 8.1** Cólico renal
- 8.2** Infección del tracto urinario
- 8.3** Sondaje urinario

Capítulo 9 **Recomendaciones en picaduras**

- 9.1** Picadura de insectos
- 9.2** Picadura de animales marinos

Capítulo 10 **Recomendaciones en patología psiquiátrica**

- 10.1** Crisis de ansiedad

10.2 Insomnio

10.3 Intento de autolisis (custodia familiar)

Capítulo 11

Recomendaciones en patología dermatológica

11.1 Escabiosis (sarna)

11.2 Pie de atleta (tinea pedis)

11.3 Quemaduras solares

Capítulo 12

Miscelánea

12.1 Recomendaciones generales en reacciones alérgicas

12.2 Crisis de gota

12.3 Hemorroides

12.4 Prurito y secreción vaginal

12.5 Patología de la glándula parótida

12.6 Hipoglucemia

12.7 Uso de heparina

EQUIPO DE AUTORES

SUSANA CABRERIZO DOMÍNGUEZ

Médico de la Unidad de Urgencias y Cuidados Críticos del Hospital de Alta Resolución de Benalmádena Agencia Sanitaria Costa del Sol.

JOSÉ LUIS GUILLAMÓN MORALES

Médico de la Unidad de Urgencias y Cuidados Críticos del Hospital de Alta Resolución de Benalmádena Agencia Sanitaria Costa del Sol.

LUIS MÉRIDA RODRIGO

Médico Responsable de la Unidad de Urgencias y Cuidados Críticos del Hospital de Alta Resolución de Benalmádena Agencia Sanitaria Costa del Sol.

CAPÍTULO 1

RECOMENDACIONES EN PATOLOGÍA OCULAR

CAPÍTULO 1

RECOMENDACIONES EN PATOLOGÍA OCULAR

1.1 *Conjuntivitis (vírica / bacteriana)*

Medidas generales y prevención

- Siga el tratamiento pautado por el médico.
- Lávese las manos con frecuencia con agua y jabón o con soluciones hidroalcohólicas (antes y después de lavarse el ojo, antes y después de aplicarse el tratamiento).
- Evite compartir objetos de higiene personal como pañuelos, toallas, cosméticos, lentillas, gafas, sábanas, almohadas y fundas de almohadas.
- Lave fundas de almohadas, sábanas, paños y toallas en agua caliente y detergente; lávese las manos después de tocar estos artículos.
- Limpie las secreciones alrededor del ojo con suero fisiológico varias veces al día, se puede usar un paño limpio (lavar posteriormente con agua y detergente) o pañuelos desechables (tirar nada más usar).
- Evite el uso de lentillas durante la infección.
- Lave las gafas con cuidado de no contaminar objetos que vaya a compartir con otras personas (como las toallas).

- Evite tocarse o frotarse los ojos.
- Evite piscinas y centros deportivos.

¿Cuándo volver a consultar?

- **Se recomienda revisión por su médico de atención primaria en los días siguientes a esta consulta** (se aconseja que solicite la cita lo antes posible para evitar demorar dicha revisión).
- En caso de dolor muy intenso, problemas de visión, mala evolución, **se recomienda acudir al hospital de referencia para valoración especializada de forma urgente.**

1.2 Conjuntivitis alérgica

Medidas generales y prevención

- Siga el tratamiento pautado por el médico.
- Evite la exposición al alérgeno si es conocido, en su defecto, no acuda a lugares al aire libre donde haya mucho polvo, viento, pólenes... Evite el moho y el polvo en el domicilio y los pelos de animales.
- Evite el rascado de los ojos.
- Realice lavado frecuente del ojo 4 - 5 veces al día con suero fisiológico fresco de la nevera (a ser posible envases pequeños de suero, para gastarlos en pocos lavados, o unidosis).
- Coloque compresas frías sobre los párpados.
- No use lentillas durante la crisis.
- Mantenga una correcta higiene del hogar (preferiblemente con aspiradora).

- Emplee colchones y ropa de cama sintéticos.
- Evite alfombras, cortinas, peluches.
- Coloque un filtro antipolen en el coche y mantenga las ventanillas cerradas durante el viaje.
- Cierre las ventanas de casa cuando haga viento.
- Evite perfumes y maquillajes alrededor de la zona.

¿Cuándo volver a consultar?

- **Se recomienda revisión por su médico de atención primaria en los días siguientes a esta consulta** (se aconseja que solicite la cita lo antes posible para evitar demorar dicha revisión).

1.3 Orzuelo

Medidas generales y prevención

- Siga el tratamiento pautado por el médico.
- Ponga un paño húmedo y caliente sobre el párpado durante 15 minutos 3 - 4 veces al día, masajeando y limpiando posteriormente el ojo si drena.
- Realice un lavado correcto de las manos antes y después de tocar el ojo afectado.
- No comparta toallas, pañuelos ni maquillaje.
- No intente drenarlo con las manos ni con objetos punzantes.
- No utilice lentillas ni maquillaje en el ojo afecto hasta que esté curado.

- Limpie correctamente sus gafas antes de usarlas y deseche el pañuelo o lave la toalla con la que realice la limpieza.
- Deseche el maquillaje que tenga viejo o caducado.
- Retírese el maquillaje de los ojos antes de acostarse.

¿Cuándo volver a consultar?

- **Se recomienda revisión por su médico de atención primaria en los días siguientes a esta consulta** (se aconseja que solicite la cita lo antes posible para evitar demorar dicha revisión).
- En caso de aumento excesivo del tamaño y dolor intenso **se recomienda acudir al hospital de referencia para valoración especializada de forma urgente**.

1.4 Úlcera corneal

Medidas generales y prevención

- Siga el tratamiento pautado por el médico.
- Evite el uso de lentillas mientras tenga la lesión.
- Evite la exposición solar, use gafas de sol.
- Evite rascarse o frotarse el ojo.
- No se introduzca objetos (algodón, pañuelos) dentro del ojo para evitar la sensación de cuerpo extraño.
- Realice lavados frecuentes del ojo, 4 - 5 veces al día, con suero fisiológico fresco de la nevera (a ser posible envases pequeños de suero, para gastarlos en pocos lavados, o unidosis).

¿Cuándo volver a consultar?

- **Se recomienda revisión por su médico de atención primaria en los días siguientes a esta consulta** (se aconseja que solicite la cita lo antes posible para evitar demorar dicha revisión).
- En caso de empeoramiento en las siguientes 24 - 48 horas, lesiones muy extensas, problemas de visión, mala cicatrización, si observa un infiltrado en la zona de la lesión, secreción, **se recomienda acudir al hospital de referencia para valoración especializada de forma urgente.**

1.5 Hiposfagma o hemorragia subconjuntival

Medidas generales y prevención

- No precisa tratamiento médico, desaparecerá en unos días.
- La sangre se irá reabsorbiendo en un tiempo variable, adquiriendo en ocasiones tonalidades amarillas o verdosas, al igual que los hematomas de la piel.
- Evite estornudar, toser y/o sobreesfuerzos.
- Evite rascarse o frotarse el ojo.
- Evite el uso de lentillas mientras tenga la hemorragia.
- Medición de tensión arterial en domicilio con manguito braquial.
- Si toma anticoagulantes (Sintrom®), **se recomienda pedir cita con su enfermera para comprobar si está en rango.** Para el resto de anticoagulantes o antiagregantes no es necesario suspender dosis.

¿Cuándo volver a consultar?
