

Haga una foto de su herida

Por qué hacer una foto de su herida



Razones clínicas

- **El personal médico podría necesitar una foto** para evaluar más rápidamente su herida y derivarle al especialista más adecuado u ofrecerle el tratamiento idóneo.
- **Podrían pedirle que haga una serie de fotos,** para seguir la evolución de la herida.
- **Las fotos serán útiles para la continuidad del tratamiento,** en caso de que tenga que atenderle personal médico diferente.
- **Una foto puede ayudar a detectar si una herida empeora** y a decidir si derivar al paciente a otro profesional o suministrarle tratamiento más rápidamente.



Razones personales

- **Tranquilidad.** Una foto o una serie de fotos puede tranquilizarle respecto a la situación de la herida.
- **Evolución.** Puede ver cómo evoluciona la herida y entender mejor qué está ocurriendo.
- **Comodidad.** Puede resultar práctico para evitar desplazamientos a una clínica o un ambulatorio.



Cómo conseguir fotos óptimas

- **La foto debe mostrar lo que el personal médico necesita:** tamaño de la herida, ubicación y aspecto.
- **La herida debe aparecer en el centro** de la foto.
- **El fondo es importante:** lo ideal es un fondo neutro.
- **Oculte áreas privadas** y tenga en cuenta lo que podría aparecer en el fondo de la imagen.
- **Use iluminación natural si es posible** y procure evitar la luz intensa, tanto solar como artificial, ya que podría crear sombras o restarle detalle a la imagen de la herida. Una cortina de tipo visillo puede ser útil para difuminar la luz.
- **La foto debe estar bien enfocada** para mostrar la herida nítidamente.
- **Pida a otra persona que haga la foto** si no puede hacerla usted mismo/a.
- **La coherencia es clave** si va a hacer una serie de fotos a lo largo del tiempo: procure usar la misma fuente luminosa, en el mismo lugar y a la misma hora del día.



Guardar y enviar fotos

Envíe las fotos tal y como se lo haya indicado el profesional sanitario, con la fecha en que fueron tomadas. Si tiene alguna duda, pregunte al profesional que las ha solicitado.

Algunos dispositivos guardan las fotos en línea (en la nube). Podría ser conveniente guardar sus fotos médicas en un lugar aparte, para proteger su privacidad.

RECUERDE:

Es mejor tener cualquier foto que ninguna foto. Hágala lo mejor que pueda pero no se preocupe si no ha salido perfecta.



Cinco consejos para hacer una buena foto de su herida

Vea estas sugerencias y consejos para hacer una foto de su herida. El propósito es lograr una foto nítida y bien enfocada. Procure hacer las fotos posteriores en el mismo espacio, con el mismo fondo y la misma luz, para que sea más fácil ver cómo va cambiando la herida.

- 1 Mantenga el fondo despejado** para facilitar la visualización de la herida. Lo ideal es usar un fondo liso, con luz natural.



- 4 Haga fotos desde distintos ángulos** para mostrar posibles hinchazones o la profundidad de la herida.



- 2 Quítese cosas** —por ejemplo, joyas— para centrar la atención en la herida.



- 5 Haga fotos primero de lejos y luego en primer plano.** La ubicación de la herida debería verse claramente, especialmente si tiene varias heridas.



- 3 Haga la foto desde arriba.**



Para obtener más información, escanee este código QR o visite nationalwoundcarestrategy.net/nwcsp-publications-and-resources

