

# Antisépticos Improvisados: Desinfección de Heridas con Recursos Limitados

Autor: EA4IPV

Fecha: 23/03/2026

Categoría: Farmacología de Emergencia

Etiquetas: Sin etiquetas

---

## Antisépticos Improvisados: Desinfección de Heridas con Recursos Limitados

La infección de heridas ha sido la principal causa de muerte post-traumática a lo largo de la historia. Antes de que Lister introdujera la antisepsia quirúrgica en 1867, la mortalidad por cirugía superaba el 50%. En un escenario sin acceso a antisépticos comerciales, conocer alternativas efectivas para desinfectar heridas puede prevenir sepsis y gangrena.

### Agua limpia: el antiséptico más importante

El lavado abundante con agua limpia es más importante que cualquier antiséptico. Las guías del NICE (National Institute for Health and Care Excellence) recomiendan irrigación con agua potable como primera medida para heridas traumáticas.

**Irrigación a presión:** Usar una jeringa (o botella de plástico perforada) para irrigar con chorro a presión. La presión ideal es 5-8 psi (equivalente a una jeringa de 20 ml con aguja de 18G). Esto elimina mecánicamente bacterias y cuerpos extraños.

**Volumen:** Al menos 250 ml por centímetro de herida. Una herida de 5 cm necesita mínimo 1,25 litros de irrigación.

### Solución salina casera

**Preparación:** 9 gramos de sal (una cucharadita rasa) en 1 litro de agua hervida (previamente hervida 10 minutos y enfriada). Esto produce suero fisiológico al 0,9%, isotónico con los tejidos.

**Ventaja:** No daña los tejidos (a diferencia de antisépticos fuertes). Es la solución recomendada por la OMS para irrigación de heridas.

**Duración:** Usar dentro de las 24 horas siguientes a la preparación. Después, considerar contaminada.

### Miel como antiséptico

La miel sin procesar (especialmente de Manuka) tiene propiedades antisépticas documentadas. Ver artículo específico sobre miel antimicrobiana.

### Solución de lejía diluida (hipoclorito de sodio)

**Concentración:** Solución de Dakin: 0,025-0,5% de hipoclorito sódico. Para prepararla: diluir 1 parte de lejía doméstica (5% de hipoclorito) en 100 partes de agua hervida (= 0,05%). Es decir, 10 ml de lejía en 1 litro de agua.

**Historia:** Desarrollada por Henry Dakin durante la Primera Guerra Mundial. Reducó drásticamente las infecciones de heridas de guerra.

**Uso:** Para irrigación de heridas infectadas o sucias. NO para heridas limpias (retarda la cicatrización). Cambiar apósitos empapados cada 4-8 horas.

**Concentración crítica:** La lejía concentrada es cáustica y destruye los tejidos. Es IMPRESCINDIBLE diluir correctamente. Usar solo lejía de uso doméstico sin perfumes ni aditivos.

**Alcohol y povidona yodada**

**Alcohol etílico:** Óptimo al 70% (no al 96%: la concentración superior es menos efectiva porque necesita agua para penetrar las membranas bacterianas). Solo para piel intacta y bordes de herida. NUNCA dentro de la herida: destruye tejido sano y retrasa la cicatrización.

**Povidona yodada (Betadine):** Al 10% para piel, al 1% diluida para irrigación de heridas. Amplio espectro: bacterias, hongos, virus, esporas. Precaución en alergia al yodo y patología tiroidea.

 **Advertencia:** Esta información es orientativa y educativa. En situaciones de emergencia real, consulte a profesionales cualificados siempre que sea posible. No ponga en riesgo su vida ni la de otros sin la formación adecuada.