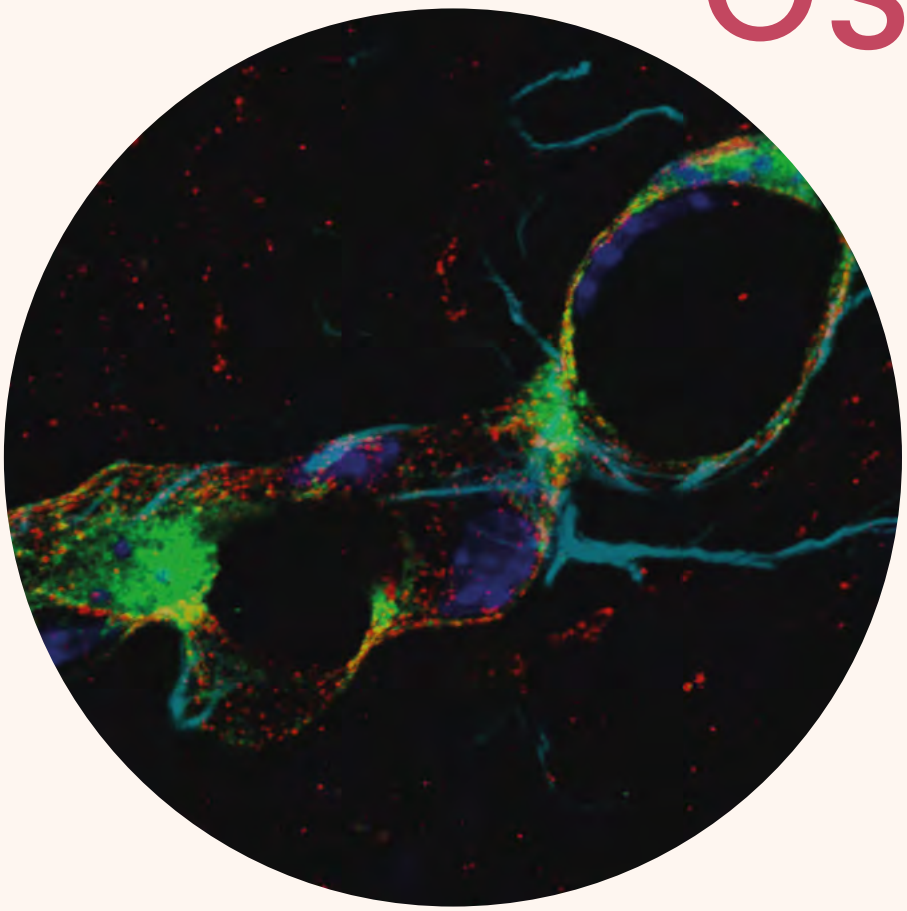
INCMNSZ

EDUCACIÓN PARA LA SALUD

EDUCACIÓN PARA LA SALUD

Subdirección de Enfermería "Ma. Dolores Rodríguez Ramírez"
Departamento de Educación Continua en Enfermería
Clínica de Heridas y Ostomías

CLÍNICA DE HERIDAS Y OSTOMÍAS



Los pericitos, células que facilitan la cicatrización. Foto: Christian Göritz.

MTHEQ. Verónica de la Cruz Escalera
MTHEQ. Leticia Molina Murrieta
MTHEQ. Nancy Huitzil Tinajero

Enfermera adscrita a la Subdirección de Enfermería y la Clínica de Herida y Ostomías

PRESENTACIÓN

La elaboración del material educativo que se presenta, es parte del Modelo del Plan de Cuidados en el Hogar de la *Subdirección de Enfermería "María Dolores Rodríguez Ramírez"*. Esta guía, pretende favorecer una comunicación efectiva y clara con las personas y su familia, sobre la forma en cómo se deben llevar a cabo los cuidados en el hogar después del egreso hospitalario del INCMNSZ.

El presente material se elaboró a través de guías de atención validadas a nivel nacional e internacional y se incluyeron las experiencias de éxito en enfermería en nuestra institución. Se utiliza un lenguaje sencillo y claro que permita la comprensión de una lectura, a fin de que contribuya al aprendizaje en los usuarios, motivar una participación de su autocuidado, que conozca la forma de identificar riesgos relacionados a su salud, disminuir gastos, favorecer su recuperación, reincorporarse a su vida social y/o productiva y evitar el reingreso hospitalario.

Este material y el modelo en general, que inicia con la valoración y la educación desde la llegada de la persona a hospitalización, dan cumplimiento a unos de los objetivos de la *Subdirección de Enfermería*, que es brindar cuidado humanizado de alta calidad a través de un modelo de prevención terciaria, el cual tiene como eje el proceso de atención de enfermería.

Lcda. Marina Martínez Becerril

Subdirectora de Enfermería del Instituto Nacional de Ciencias Médicas y Nutrición Salvador Zubirán.

CONTENIDO

- Prevención de Lesiones por Presión
  - Cuidados de la piel en pacientes con riesgo a desarrollar lesiones por presión.
  - Cambios posturales.
    - Posición lateral derecha.
    - Posición sentada en silla o sillón.
    - Recomendaciones.
- Lesiones Cutáneas Asociadas a la Humedad (LESCAH)
- Lesiones por Desgarros Cutáneos
  - Clasificación de los desgarros de piel.
  - Cuidados al paciente en riesgo de presentar desgarro en piel.
  - Curación.
- Lesiones por adhesivos de uso médico (MARSI)

SALUD
SECRETARÍA DE SALUD

INSTITUTO NACIONAL DE CIENCIAS MÉDICAS Y NUTRICIÓN SALVADOR ZUBIRÁN

SUBDIRECCIÓN DE ENFERMERÍA "MA. DOLORES RODRÍGUEZ RAMÍREZ"
DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN CONTINUA EN ENFERMERÍA
CLÍNICA DE HERIDAS Y OSTOMÍAS

Prevención de Lesiones por Presión

El mejor cuidado para una LPP es su prevención

Nombre del Paciente: Fecha de Nacimiento: Registro:

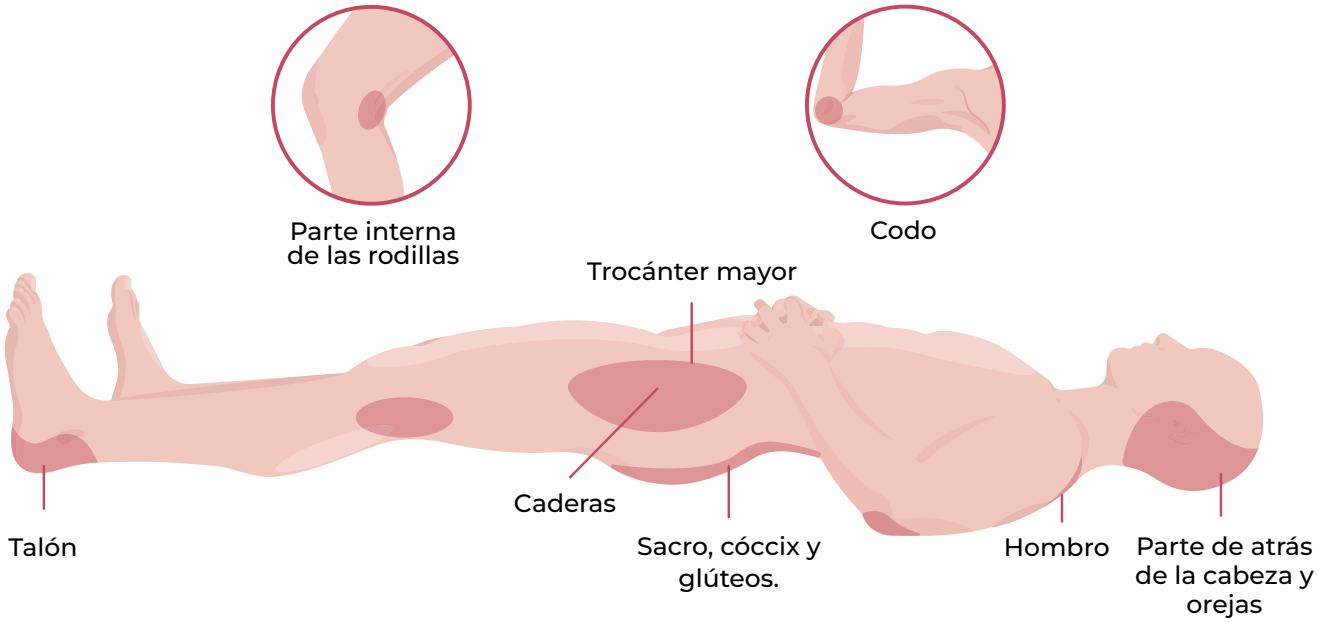
Edad:

Las lesiones por presión (LPP) dañan la piel y los tejidos por debajo de ella, generalmente sobre una prominencia ósea. Tienen una forma redondeada u ovalada, de color rojo, y no recobra el color de la piel al presionarla.

Estas lesiones se producen cuando una persona se encuentra en una misma posición, sentada o acostada, por tiempo prolongado.

También pueden formarse por la utilización de un dispositivo médico por ejemplo:
en nariz por una sonda nasogástrica, una sonda de oxígeno o el uso de mascarillas; en el área genital por el uso del sondas urinarias.

Zonas más frecuentes



Avenida Vasco de Quiroga No.15 Colonia Belisario Domínguez Sección XVI Alcaldía Tlalpan
C.P. 14080 Ciudad de México Tel. 55 54 87 09 00 www.incmnsz.mx

2022 Año de Ricardo Flores Magón
PRECURSOR DE LA REVOLUCIÓN MEXICANA

SALUD
SECRETARÍA DE SALUD

INSTITUTO NACIONAL DE CIENCIAS MÉDICAS Y NUTRICIÓN SALVADOR ZUBIRÁN

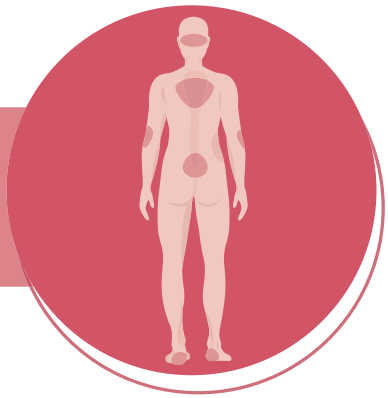
SUBDIRECCIÓN DE ENFERMERÍA "MA. DOLORES RODRÍGUEZ RAMÍREZ"
DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN CONTINUA EN ENFERMERÍA
CLÍNICA DE HERIDAS Y OSTOMÍAS

Cuidados de la piel en pacientes con riesgo a desarrollar lesiones por presión

El mejor cuidado para una LPP es su prevención

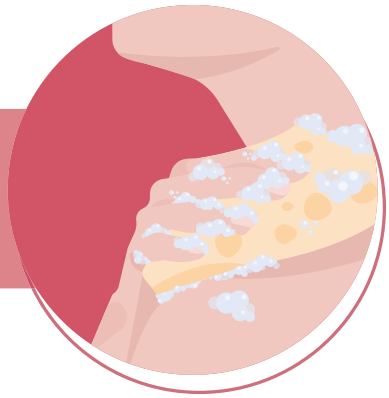
Revise diariamente el estado de la piel:

Observe si hay enrojecimiento de la piel principalmente en las zonas óseas (cabeza, codos, espalda, sacro, cóccix, glúteos, cadera, piernas y talones).



Enrojecimiento en las zonas con dispositivos médicos que generan puntos de presión (puntas nasales, sondas nasogástricas, sondas vesicales).

Durante el baño, evite friccionar la piel.

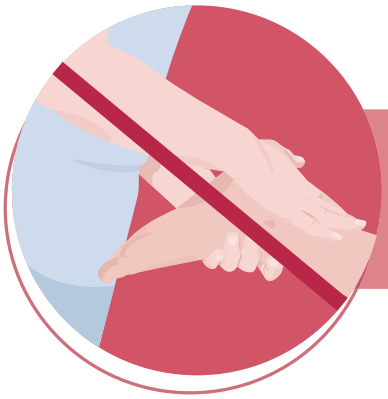


Avenida Vasco de Quiroga No.15 Colonia Belisario Domínguez Sección XVI Alcaldía Tlalpan
C.P. 14080 Ciudad de México Tel. 55 54 87 09 00 www.incmnsz.mx

2022 Año de Ricardo Flores Magón
PRECURSOR DE LA REVOLUCIÓN MEXICANA

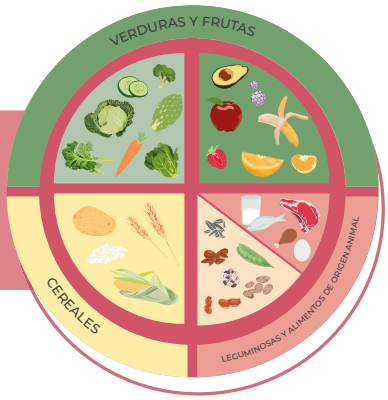
Después del baño, seque muy bien la piel, principalmente en pliegues de mamas, axilas, ingles, genitales y región perianal.

Lubrique la piel con crema líquida, diario o varias veces al día si es necesario.
No use colonias.



Evite dar masaje en las zonas enrojecidas.

Verifique que la persona beneficiaria ingiera sus alimentos y/o suplementos.
En caso de que la persona cuente con una sonda para alimentación, corrobore que se administre correctamente.



SALUD
SECRETARÍA DE SALUD

INSTITUTO NACIONAL DE CIENCIAS MÉDICAS Y NUTRICIÓN SALVADOR ZUBIRÁN

SUBDIRECCIÓN DE ENFERMERÍA "MA. DOLORES RODRÍGUEZ RAMÍREZ"
DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN CONTINUA EN ENFERMERÍA
CLÍNICA DE HERIDAS Y OSTOMÍAS

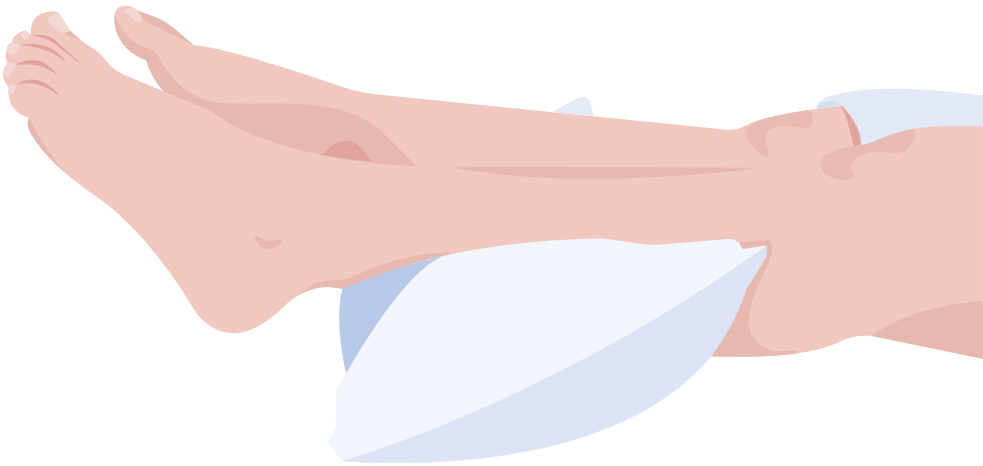
Cambios posturales

El mejor cuidado para una LPP es su prevención

Al realizar el cambio postural, procure **no arrastrar**.

Realizar cambios posturales al paciente cada hora o máximo cada dos horas de la siguiente manera:

Paciente acostado (boca arriba), debe liberar la presión de talones colocando una almohada en piernas (los talones no deben tocar la almohada, ni la cama) dejándola 2 horas por 1 hora de descanso.



Avenida Vasco de Quiroga No.15 Colonia Belisario Domínguez Sección XVI Alcaldía Tlalpan
C.P. 14080 Ciudad de México Tel. 55 54 87 09 00 www.incmnsz.mx

2022 Año de Ricardo Flores Magón
PRECURSOR DE LA REVOLUCIÓN MEXICANA

SALUD
SECRETARÍA DE SALUD

INSTITUTO NACIONAL DE CIENCIAS MÉDICAS Y NUTRICIÓN SALVADOR ZUBIRÁN

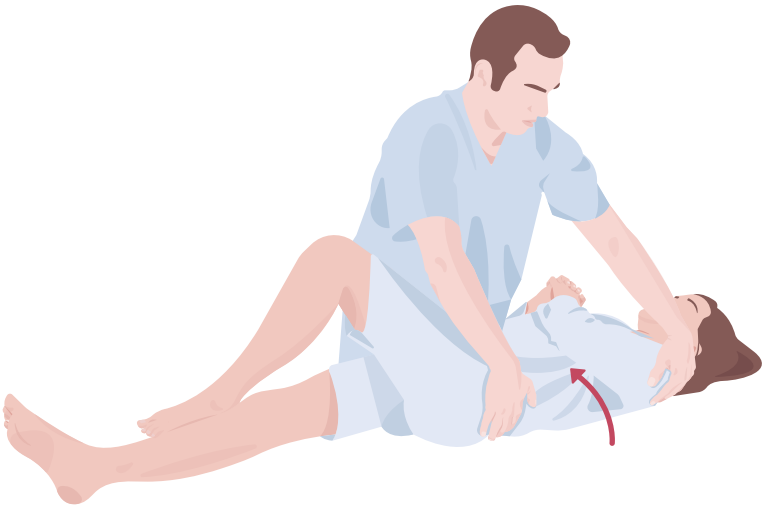
SUBDIRECCIÓN DE ENFERMERÍA "MA. DOLORES RODRÍGUEZ RAMÍREZ"
DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN CONTINUA EN ENFERMERÍA
CLÍNICA DE HERIDAS Y OSTOMÍAS

Cambios posturales

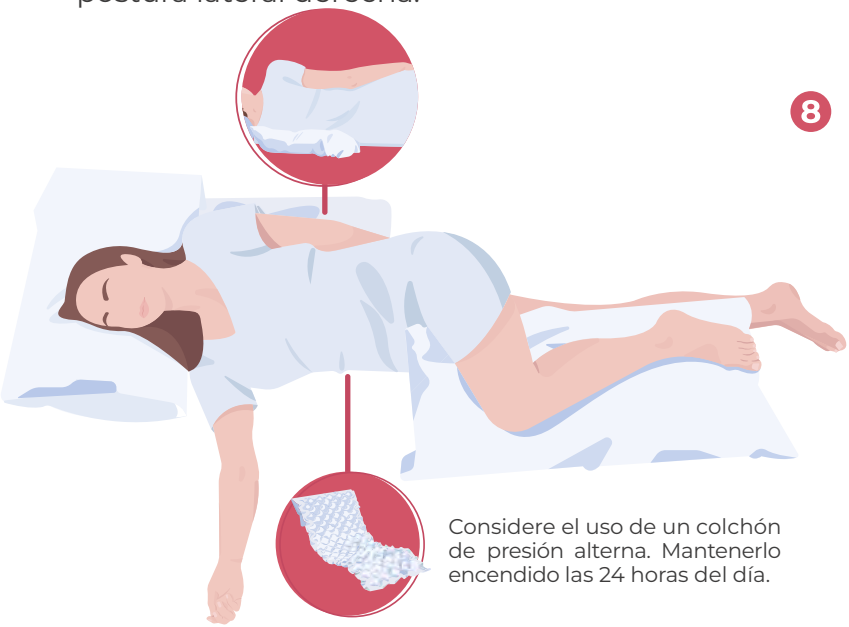
El mejor cuidado para una LPP es su prevención

Posición lateral derecha

1. Desplace al paciente hacia el lateral izquierdo de la cama.
2. Estire el brazo derecho hacia el lado que se va a girar y flexione (doble el brazo izquierdo sobre el pecho).
3. Flexione la pierna izquierda o crúcela ya que ésta quedará encima de la derecha.
4. Párese del lado derecho de la cama.
5. Coloque una mano en el hombro izquierdo del paciente y en la cadera.
6. Gire al paciente en bloque, para darle la postura lateral derecha.



7. Recuerde dejar el hombro derecho del paciente con movimiento, éste no debe quedar debajo del paciente.
8. Coloque una almohada debajo de la cabeza, otra apoyando la espalda y una entre las piernas, recuerde que la espalda tendrá un ángulo de 45° a 60°, las piernas en ligera flexión, los pies en ángulo recto con la pierna.



Considere el uso de un colchón de presión alterna. Mantenerlo encendido las 24 horas del día.

Realizar cambios postulares cada 1hr o máximo cada 2hrs.

Posición lateral izquierda

Repita los pasos anteriores, pero ajustándose al lado correspondiente.

Avenida Vasco de Quiroga No.15 Colonia Belisario Domínguez Sección XVI Alcaldía Tlalpan
C.P. 14080 Ciudad de México Tel. 55 54 87 09 00 www.incmnsz.mx

2022 Año de Ricardo Flores Magón
PRECURSOR DE LA REVOLUCIÓN MEXICANA

SALUD
SECRETARÍA DE SALUD

INSTITUTO NACIONAL DE CIENCIAS MÉDICAS Y NUTRICIÓN SALVADOR ZUBIRÁN

SUBDIRECCIÓN DE ENFERMERÍA "MA. DOLORES RODRÍGUEZ RAMÍREZ"
DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN CONTINUA EN ENFERMERÍA
CLÍNICA DE HERIDAS Y OSTOMÍAS

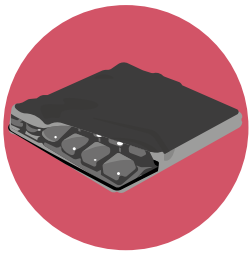
Cambios posturales

El mejor cuidado para una LPP es su prevención

Posición sentada en silla o sillón

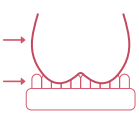
Sentar a la persona con la espalda recta, con una almohada detrás de la cabeza, otra detrás de la espalda y una almohada debajo de cada brazo y pies.

1

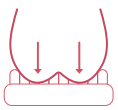


Colocar un cojín de aire en el asiento para liberar la presión.

2 Verifique que el cojín de aire esté correctamente inflado, coloque la mano entre el paciente y el cojín cuando el paciente se encuentre sentado.



Correcto: el cojín se adapta alrededor de los glúteos.



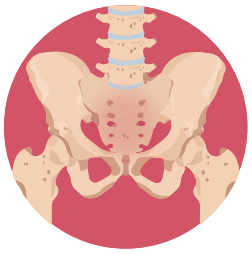
Incorrecto: aire insuficiente. La persona no está "flotando" en el cojín.

Incorrecto: cualquier elemento colocado entre la persona y el cojín disminuye su eficacia. La persona sostiene su peso sobre las prominencias óseas porque no puede hundirse en el cojín.

3

Reposicionar al paciente cada 15 minutos, o mínimo cada hora.

4



Si su paciente tiene una lesión por presión en zona sacra, puede estar sentado sólo en periodos de tiempo cortos.

Avenida Vasco de Quiroga No.15 Colonia Belisario Domínguez Sección XVI Alcaldía Tlalpan
C.P. 14080 Ciudad de México Tel. 55 54 87 09 00 www.incmnsz.mx

2022 Año de Ricardo Flores Magón
PRECURSOR DE LA REVOLUCIÓN MEXICANA

SALUD
SECRETARÍA DE SALUD

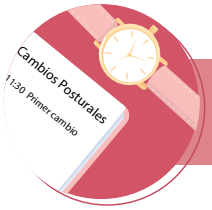
INSTITUTO NACIONAL DE CIENCIAS MÉDICAS Y NUTRICIÓN SALVADOR ZUBIRÁN

SUBDIRECCIÓN DE ENFERMERÍA "MA. DOLORES RODRÍGUEZ RAMÍREZ"
DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN CONTINUA EN ENFERMERÍA
CLÍNICA DE HERIDAS Y OSTOMÍAS

Cambios posturales

El mejor cuidado para una LPP es su prevención

Recomendaciones

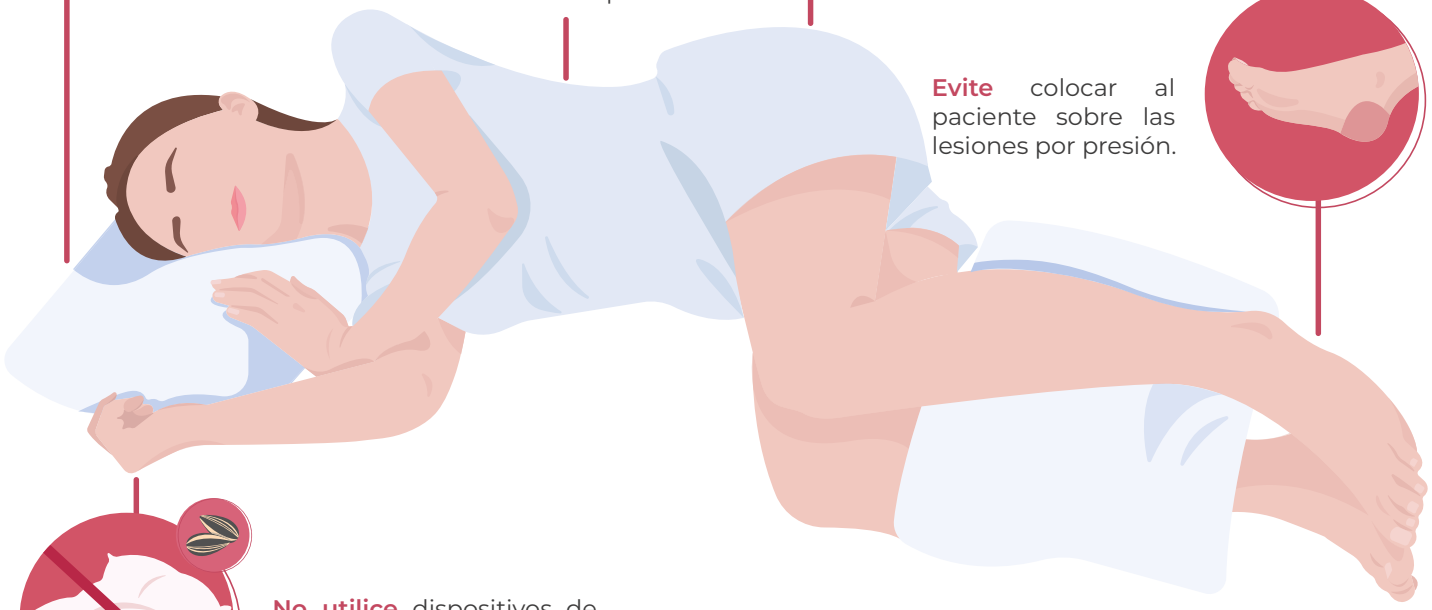


Registre los tiempos de los cambios posturales.

Utilice apoyos como almohadas o cojines elaborados con microesferas de unicel. Debe colocarlos en la espalda y entre las rodillas. Procure que el brazo que queda debajo del cuerpo se encuentre libre.

No utilice donas o flotantes para liberar presión.

Mantener la correcta alineación corporal.



Evite colocar al paciente sobre las lesiones por presión.

No utilice dispositivos de apoyo rellenos de semillas.

Avenida Vasco de Quiroga No.15 Colonia Belisario Domínguez Sección XVI Alcaldía Tlalpan
C.P. 14080 Ciudad de México Tel. 55 54 87 09 00 www.incmnsz.mx

2022 Año de Ricardo Flores Magón
PRECURSOR DE LA REVOLUCIÓN MEXICANA

SALUD
SECRETARÍA DE SALUD

INSTITUTO NACIONAL DE CIENCIAS MÉDICAS Y NUTRICIÓN SALVADOR ZUBIRÁN

SUBDIRECCIÓN DE ENFERMERÍA "MA. DOLORES RODRÍGUEZ RAMÍREZ"
DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN CONTINUA EN ENFERMERÍA
CLÍNICA DE HERIDAS Y OSTOMÍAS

Lesiones Cutáneas Asociadas a la Humedad (LESCAH)

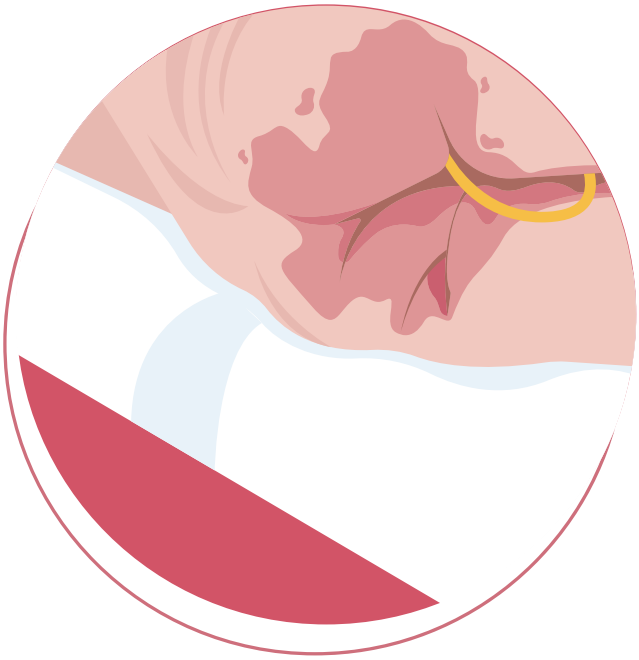
Plan de cuidados para el hogar

Cuidados

El cuidado de este tipo de lesiones tiene como objetivo el control de la humedad y regeneración de la piel a través del uso productos de barrera como son:

- Protectores cutáneos sin base de alcohol en toalla y/o spray.
- Óxido de zinc pomada
- Dexpantenol pomada
- Protector cutáneo en gel
- Otros

Lesión cutánea asociada a la humedad se presenta como inflamación de la piel, que puede ocurrir sola o con la presencia de maceración y/o erosiones expuestas a humedad como glúteos, pliegues inter-mamarios. Se caracterizan por tener forma de espejo y bordes irregulares.



Avenida Vasco de Quiroga No.15 Colonia Belisario Domínguez Sección XVI Alcaldía Tlalpan
C.P. 14080 Ciudad de México Tel. 55 54 87 09 00 www.incmnsz.mx

2022 Año de Ricardo Flores Magón
PRECURSOR DE LA REVOLUCIÓN MEXICANA

SALUD
SECRETARÍA DE SALUD

INSTITUTO NACIONAL DE CIENCIAS MÉDICAS Y NUTRICIÓN SALVADOR ZUBIRÁN

SUBDIRECCIÓN DE ENFERMERÍA "MA. DOLORES RODRÍGUEZ RAMÍREZ"
DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN CONTINUA EN ENFERMERÍA
CLÍNICA DE HERIDAS Y OSTOMÍAS

Lesiones Cutáneas Asociadas a la Humedad (LESCAH)

Plan de cuidados para el hogar

Material para curación de herida

- Agua
- Jabón neutro
- Estropajo
- Toalla
- Barrera protectora que se le indique.

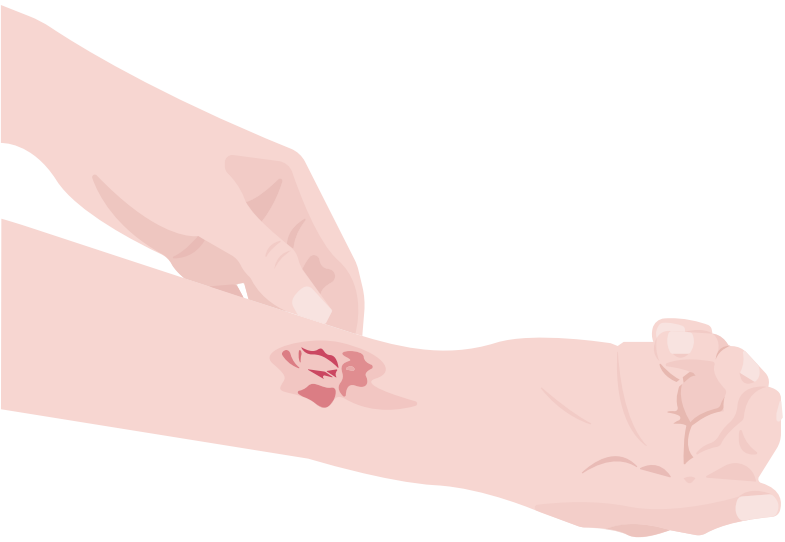
Recomendaciones

1. Realice el aseo con agua, jabón, enjuague y seque la zona afectada.
2. Aplique una capa ligera de algún producto de barrera que le indico el profesional de salud.
3. Si se le dificulta retirar el óxido de zinc, puede colocar vaselina en un apósito para realizar el retiro.
4. La frecuencia de aplicación puede variar según indicación.

Avenida Vasco de Quiroga No.15 Colonia Belisario Domínguez Sección XVI Alcaldía Tlalpan
C.P. 14080 Ciudad de México Tel. 55 54 87 09 00 www.incmnsz.mx

2022 Año de Ricardo Flores Magón
PRECURSOR DE LA REVOLUCIÓN MEXICANA

Lesiones por Desgarros Cutáneos



Lesiones por desgarro cutáneos

Los desgarros de piel o desgarros cutáneos son causados por traumatismo, caídas, manipulación inadecuada, lesiones por cintas adhesivas, principalmente en pacientes geriátricos por su piel que es muy delgada, las zonas donde se presentan son los brazos y dorso de las manos, así como las piernas.

Los factores de riesgo para que se causen los desgarros en piel son:

- La piel del paciente puede tener:
  - Antecedentes de un desgarro.
  - Cambios en piel asociados al envejecimiento (atrofia de la piel, equimosis, púrpura senil, hematomas, manchas blancas en forma de estrella).
  - Daño solar.
- En pacientes que requieren asistencia para actividades de la vida diaria (movilidad, higiene, vestido) presentan mayor riesgo de desgarro de piel debido a la manipulación, fuerza, traumatismo y antecedentes de caídas.
- El estado de salud del paciente por enfermedades crónicas, deterioro cognitivo (sensorial, visual, auditivo) y malnutrición.

SALUD
SECRETARÍA DE SALUD

INSTITUTO NACIONAL DE CIENCIAS MÉDICAS Y NUTRICIÓN SALVADOR ZUBIRÁN

SUBDIRECCIÓN DE ENFERMERÍA "MA. DOLORES RODRÍGUEZ RAMÍREZ"
DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN CONTINUA EN ENFERMERÍA
CLÍNICA DE HERIDAS Y OSTOMÍAS

Lesiones por Desgarros Cutáneos

Clasificación de los desgarros de piel

Tipo 1. Sin pérdida de la piel

Desgarro lineal o colgajo de piel que puede reposicionarse para cubrir el lecho de la herida.

Tipo 2. Pérdida parcial del colgajo de piel

Pérdida parcial del colgajo de piel que no puede reposicionarse para cubrir la totalidad del lecho de la herida.

Tipo 3. Pérdida total del colgajo de piel

Pérdida total del colgajo de piel que expone completamente el lecho de la herida.

Avenida Vasco de Quiroga No.15 Colonia Belisario Domínguez Sección XVI Alcaldía Tlalpan
C.P. 14080 Ciudad de México Tel. 55 54 87 09 00 www.incmnsz.mx

2022 Año de Ricardo Flores Magón
PRECURSOR DE LA REVOLUCIÓN MEXICANA

SALUD
SECRETARÍA DE SALUD

INSTITUTO NACIONAL DE CIENCIAS MÉDICAS Y NUTRICIÓN SALVADOR ZUBIRÁN

SUBDIRECCIÓN DE ENFERMERÍA "MA. DOLORES RODRÍGUEZ RAMÍREZ"
DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN CONTINUA EN ENFERMERÍA
CLÍNICA DE HERIDAS Y OSTOMÍAS

Lesiones por Desgarros Cutáneos

Cuidados al paciente en riesgo de presentar desgarro en piel

Inspeccione la piel e investigue antecedentes de desgarros de piel

Si el paciente tiene la piel seca, frágil y vulnerable, evite friccionarla o sujetarla con mucha fuerza.

Hidrate la piel a diario o si es necesario vuelva hidratarla las veces que se requiera.

Avenida Vasco de Quiroga No.15 Colonia Belisario Domínguez Sección XVI Alcaldía Tlalpan
C.P. 14080 Ciudad de México Tel. 55 54 87 09 00 www.incmnsz.mx

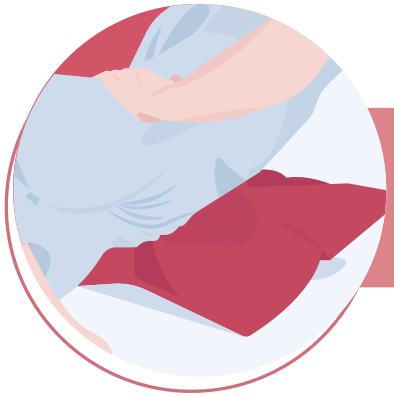
2022 Año de Ricardo Flores Magón
PRECURSOR DE LA REVOLUCIÓN MEXICANA

Utilice para el baño agua tibia (no caliente) y jabón suave.

Prevenga el traumatismo en piel por uso de adhesivos, para retirarlos humedézcalos primero.

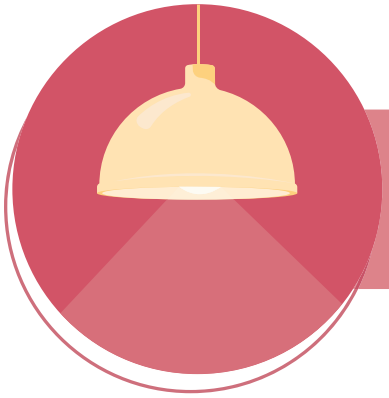
Proteja la piel colocando mangas largas o vendaje de sujeción (no apretado).

Evite que el paciente utilice joyas y uñas largas.



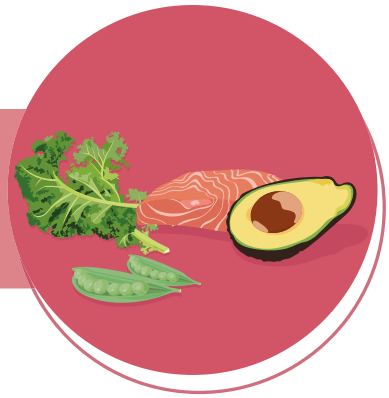
Evite la fricción y tensión al movilizar al paciente, utilice sábana para deslizar a su paciente.

Para evitar caídas, asegúrese de que el paciente use zapatos cómodos y suaves.



Garantice un entorno seguro: con adecuada iluminación, retire obstáculos del piso y muebles que pudieran dañar a su paciente.

Verifique que su paciente ingiera sus alimentos y/o suplementos alimenticios.



Lesiones por Desgarros Cutáneos

Material para curación de herida

- Agua estéril
- Guante limpio
- Guante estéril
- Gasa estéril
- Venda 10 cm
- Apósito no adherente y/o vaselina sólida

Si la piel ha sufrido un desgarro cutáneo con pérdida parcial o total de la piel, se realizara curación de la herida como se describe a continuación:

1. Lávese las manos con agua y jabón, antes de iniciar la curación.
2. Prepare el material para la curación sobre una superficie limpia y plana.
3. Colóquese el cubre bocas cubriendo nariz y boca.
4. Abra el material de curación.
5. Colocar guante limpio.
6. Retire la curación anterior de la herida.
7. Retírese el guante limpio.
8. Lave sus manos con alcohol gel.
9. Colóquese un guante estéril en la mano dominante.
10. Tome una gasa, doblarla a la mitad y limpie la herida de adentro hacia afuera en forma circular con agua estéril.
11. Limpie la piel circundante a la herida.
12. Con una gasa seque la herida y piel circundante.
13. Realice la curación y coloque el tratamiento de acuerdo a las indicaciones recibidas por profesional de la Clínica de Heridas y Ostomías.

SALUD
SECRETARÍA DE SALUD

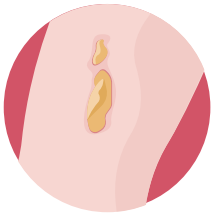
INSTITUTO NACIONAL DE CIENCIAS MÉDICAS Y NUTRICIÓN SALVADOR ZUBIRÁN

SUBDIRECCIÓN DE ENFERMERÍA "MA. DOLORES RODRÍGUEZ RAMÍREZ"
DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN CONTINUA EN ENFERMERÍA
CLÍNICA DE HERIDAS Y OSTOMÍAS

Lesiones por adhesivos de uso médico (MARSI)

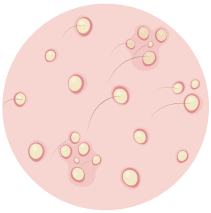
Plan de cuidados para el hogar

Enrojecimiento



Ampollas

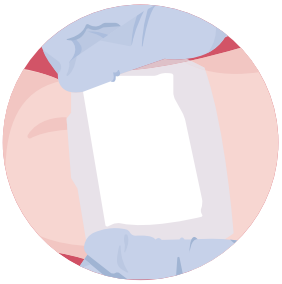
Rasgadura de la piel



Foliculitis

Las lesiones por adhesivos se pueden manifestar de varias formas con un enrojecimiento de la piel, ámpulas, rasgaduras de la piel, y aparecen cuando retiran una cinta adhesiva por ejemplo el micropore.

Recomendaciones para prevención de lesiones por uso de adhesivos médicos



Colocar cinta adhesiva sin estirar

Presione los bordes para adherir

- Preparar la piel para colocar una cinta adhesiva:
  - Recortar el vello del paciente.
  - Limpie la piel y seque perfectamente.
  - Si es posible aplique protector cutáneo con alcohol en piel sana, y sin alcohol si la piel se encuentra enrojecida.
  - Cuando coloque la cinta adhesiva, procure no estirarla.
  - Presione suavemente los bordes para adherirla mejor.

Avenida Vasco de Quiroga No.15 Colonia Belisario Domínguez Sección XVI Alcaldía Tlalpan
C.P. 14080 Ciudad de México Tel. 55 54 87 09 00 www.incmnsz.mx

2022 Año de Ricardo Flores Magón
PRECURSOR DE LA REVOLUCIÓN MEXICANA

Lesiones por adhesivos de uso médico (MARSI)

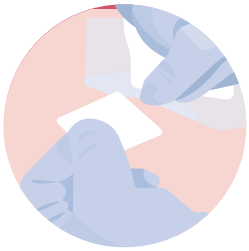
Plan de cuidados para el hogar

- Retiro correcto: puede utilizar removedores de adhesivo, crema corporal y/o una gasa humedad.
  - Con su mano dominante desprenda el borde de la cinta, sosteniendo la piel con uno de sus dedos de la otra mano.

Sostenga la piel para el retiro de adhesivo.

  - Retire la cinta lentamente en la dirección del crecimiento del vello.

Técnica de retiro



Levante un borde del micropore y valla aplicando el removedor de adhesivo

Con una gasa húmeda, humedezca el borde del adhesivo, para el fácil desprendimiento.

Coloque crema en el borde del micropore, y comience a desprender.

Las lesiones por adhesivos de uso médico con pérdida de la integridad de la piel deberán recibir cuidados de acuerdo al procedimiento de curación de herida mencionado anteriormente y el tratamiento a seguir será el indicado por el profesional de enfermería de la *Clínica de Heridas y Ostomías.*

DIRECTORIO EDITORIAL

Unidad de Educación para la Salud

Dr. Luis Dávila Maldonado
Jefe de la Unidad

Subdirección de Enfermería *María Dolores Rodríguez Ramírez*

Lcda. Marina Martínez Becerril
Subdirectora de Enfermería

Lcda. María Paula Nájera Ortíz
Jefa de Departamento de Enfermería

Mtra. Patricia Domínguez Sánchez
Jefa de Departamento de Educación Continua en Enfermería

Coordinación editorial

Mtro. Silvino Arroyo Lucas

Autores

MTHEQ. Verónica de la Cruz Escalera

MTHEQ. Leticia Molina Murrieta

MTHEQ. Nancy Huitzil Tinajero
Enfermera adscrita a la *Subdirección de Enfermería* y la *Clínica de Herida y Ostomías*

Diseño Editorial

Marisol Fuentes Bonilla.

Imagen de portada acerca de los pericitos, células que facilitan la cicatrización. Christian Göritz, David O. Dias, Nikolay Tomilin, Mariano Barbacid, Oleg Shupliakov, Jonas Frisén. "A Pericyte Origin of Spinal Cord Scar Tissue". Science, Vol. 333, 8 de Julio de 2011.

EDUCACIÓN PARA LA SALUD

Derechos Reservados © 2023 Instituto Nacional de Ciencias Médicas y Nutrición Salvador Zubirán