

CAPITULO III: LAS HERIDAS

¿Qué son?

¿Cuáles son más frecuentes?

¿A quiénes afectan más?

¿Por qué suceden con frecuencia las heridas?

Las heridas son roturas de la piel y de los tejidos (carnes) hechas con un instrumento cortante o por un fuerte choque.

¿COMO EVITAR LAS HERIDAS?

Conteste:

- Es necesario conocer el uso correcto de los instrumentos y utilizarlos con cuidado.
- Mantenga fuera del alcance de los niños todos los objetos cortantes o penetrantes con que ellos pueden herirse.



navajas,



machetes,



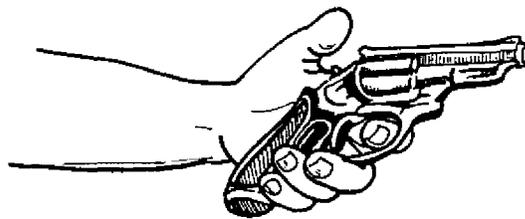
cuchillas para afeitar.

- Los vidrios flojos o ya partidos deben asegurarse o cambiarse.

- Todos los objetos de lata o vidrio deben enterrarse o cubrirse cuando se tiran a la basura.



- Los muebles con astillas o clavos que sobresalen son un peligro. Lime los bordes o martíllelos.
- Las armas de fuego como escopetas y pistolas, nunca deben dejarse al alcance de los niños, ni limpiarlas o arreglarlas delante de ellos porque después, cuando estén solos pueden hacer lo mismo y es así como ocurren los accidentes.



- *Otras recomendaciones:*

¿QUE HACER?

Los peligros principales de las heridas son:

- La hemorragia.
- La infección, incluyendo el tétanos.

LAS MEDIDAS MÁS IMPORTANTES PARA CURAR LAS HERIDAS SON:

- HACER UNA BUENA LIMPIEZA
- INMUNIZAR CONTRA EL TÉTANOS
- DETENER LA HEMORRAGIA.

Curación de las heridas:



1. Lávese las manos con agua y jabón.

2. **Limpie bien la herida con agua y jabón** en un solo sentido, del centro hacia afuera, sacando la tierra, basura y cualquier cuerpo extraño.

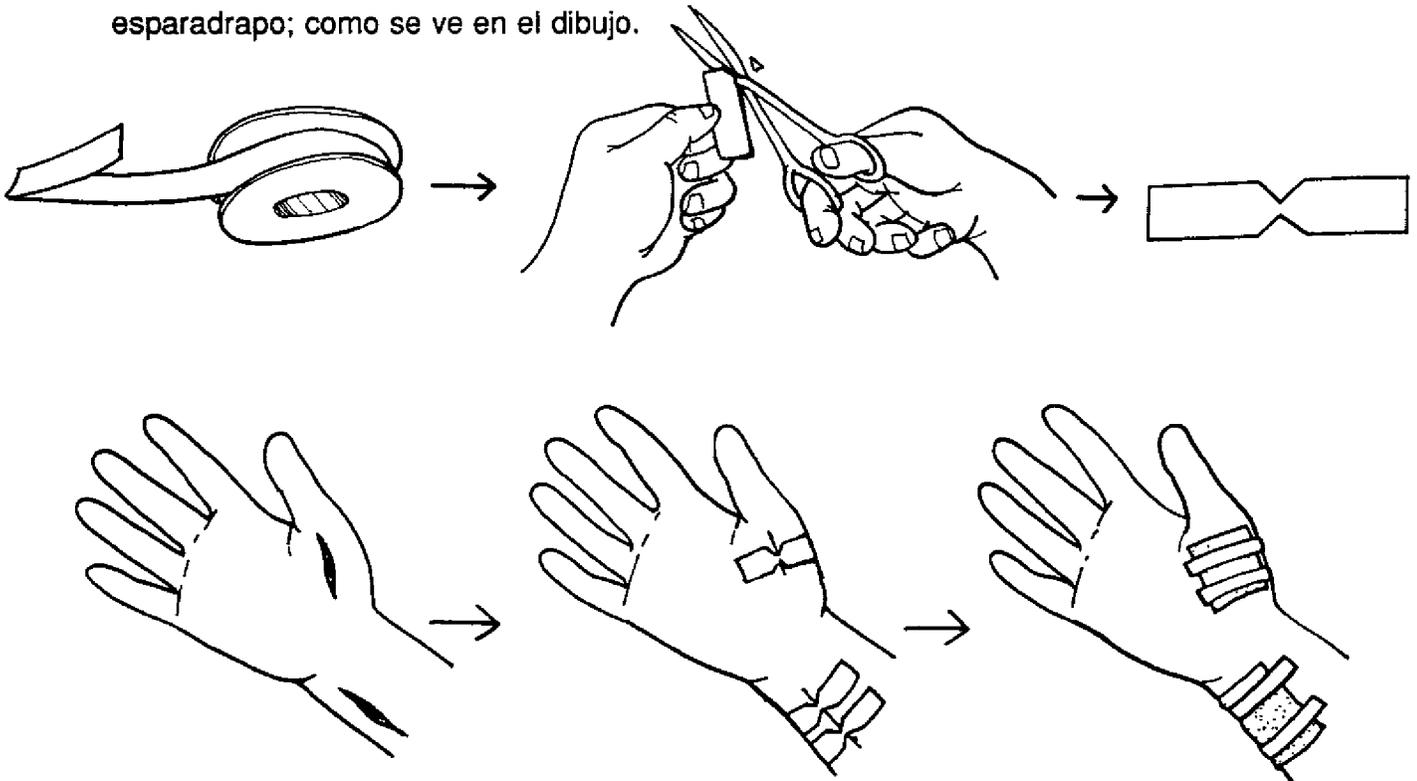
Si la herida tiene un pellejo, levántelo y lave debajo. No lo corte.



3. Deje la herida destapada (al aire libre).
4. Si está sangrando,
 - Aplique una gasa o tela limpia y haga presión.
 - Si la herida es en un brazo o pierna, levántelo arriba de la cabeza para reducir la hemorragia.



5. En caso de **cortes pequeños y superficiales**, junte los bordes con mariposas de esparadrapo; como se ve en el dibujo.



Los cortes más grandes necesitan sutura.

Las **Heridas complicadas**, desgarradas, irregulares y las cortadas profundas o grandes son mucho más difíciles de tratar porque sangran más y puede haber lesión de nervios y tendones.

- Detenga la hemorragia mediante presión y ponga una venda.
- Traslade a la persona a un Centro de Salud u hospital cercano.

Si un dedo o miembro es amputado:

- Cubra la herida y haga presión en caso de hemorragia.
- Levante la mano arriba de la cabeza.
- Si es posible, envuelva la parte amputada en una bolsa plástica, la cual se debe poner en otra bolsa que contenga hielo.
- Acuda al hospital más cercano.

Recuerde que las heridas que tienen gran peligro de infección y de tétanos en las personas no vacunadas son:

- Las heridas con tierra y basura.
- Estacadas, espinadas y otras heridas que no sangran bien.
- Las heridas hechas con objetos sucios o donde hay muchos animales.
- Las heridas grandes que consisten de cortadas y machucones a la vez.
- Mordidas.
- Balazos.

En estos casos acuda inmediatamente al Centro de Salud.

Las heridas infectadas se reconocen porque:

- son hinchadas, rojas, dolorosas y calientes
- tienen mal olor
- supuran.

La infección puede extenderse y provocar:

- adenitis (inflamación de los gánglios que se encuentran cerca de la herida)
- fiebre.

¿Qué hacer?

- limpiar cuidadosamente la herida con agua salada y jabón, quitando toda la suciedad,
- dejar secar la herida y luego cubrirla con una gasa,
- repetir la limpieza y cambiar el vendaje a diario.
- si hay fiebre o que la herida no mejora, se necesita un antibiótico (Ampicilina, Trimetoprim-sulfa, Penicilina). Refiera al paciente.

CAPITULO IV: LAS HEMORRAGIAS

¿Qué son?

¿Por qué suceden?

¿Cómo evitarlas?

Las hemorragias son pérdidas de sangre de cualquier parte del cuerpo. Se producen cuando hay ruptura de venas, arterias o vasos capilares.



¿Por qué son peligrosas?

La sangre lleva el oxígeno desde los pulmones a todas las partes del cuerpo. Al perder mucha sangre, el cuerpo no recibe suficiente oxígeno, hay riesgo de muerte.

Un adulto tiene 5 a 6 litros de sangre. La pérdida de 1 litro es peligrosa.

En un niño, la pérdida de medio litro puede ser fatal.

El peligro de la hemorragia depende entonces de:

- La cantidad de sangre perdida.
- La rapidez con que se perdió.

SINTOMAS Y SIGNOS:

Las hemorragias graves producen un descenso fuerte de la presión arterial, lo que se traduce por los siguientes síntomas:

- La persona tiene la piel fría, sudorosa, pálida.
- Su pulso es rápido y débil.
- Respira de modo rápido.
- Tiene sed.
- Está intranquila y mareada.
- Puede estar inconsciente.

Se dice que el accidentado está en **ESTADO DE CHOQUE**, hay gran peligro para su vida. Debe llevarlo al hospital inmediatamente.

El estado de choque puede ocurrir también en caso de heridas y accidentes graves, quemaduras grandes que producen gran pérdida de sangre o líquidos del cuerpo, deshidratación.

¿QUE HACER?

1. Ponga un pañuelo o toalla limpia sobre la herida y **haga presión con la mano hasta detener la hemorragia.**



NOTA: si el paciente pierde mucha sangre, no pierda tiempo en limpiar la herida o buscar con qué tajarla, haga presión directa con la mano.

2. Si continúa sangrando, ponga más gasa u otro trapo limpio sin quitar el anterior y continúe la presión hasta que llegue al hospital.



■ Vendaje que se ha empapado



■ Ponga otro vendaje sobre el primero



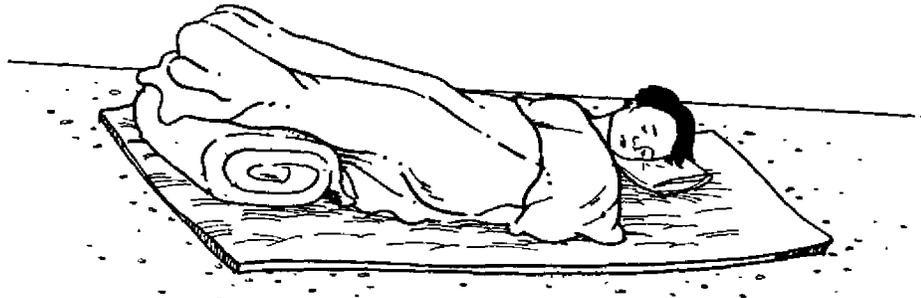
■ Vendaje apretado

No quite el vendaje, porque podría provocar un sangrado mayor.

3. Si la herida ocurre en un miembro y si no hay fractura, levante el brazo o la pierna.



4. **SILA HEMORRAGIA ES FUERTE, TRATE DE PREVENIR EL CHOQUE:**
- Mantenga al accidentado recostado con las piernas elevadas y cúbralo.

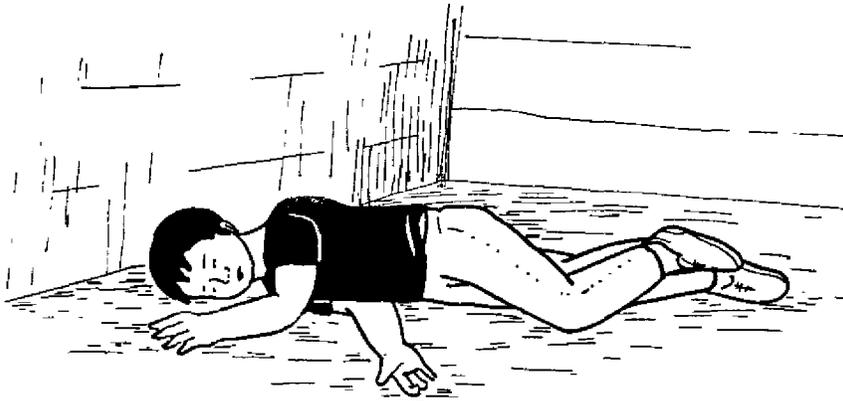


- Si está consciente y no tiene náuseas, déle líquidos (un vaso de sales de rehidratación oral cada 15 minutos)



Pero si está semi-consciente o si tiene náuseas, no le dé líquidos, aunque esté sediento.

5. Si la víctima está inconsciente, ponga su cabeza de lado para evitar que se ahogue con sus vómitos. Jamás le de nada de tomar.



6. Refiera al paciente al Centro de Salud u hospital más cercano.

PROHIBICIONES:

- **Nunca aplique un torniquete sobre un miembro que sangra.** Es decir, no ponga arriba de la herida una faja, pita o lazo que aprete fuertemente para detener la hemorragia. Hay muchas probabilidades de hacer más daño al cortar el riego sanguíneo durante demasiado tiempo, lo que puede causar heridas graves. Además, pocas veces funciona.

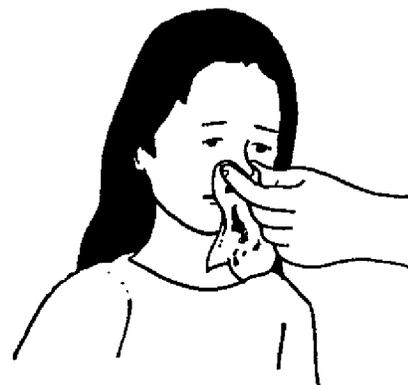
HEMORRAGIA POR LA NARIZ:

Son frecuentes, especialmente:

- en los niños porque tienen la mucosa de la nariz muy delgada y con muchos vasos sanguíneos que fácilmente se rompen al rascarse, sonarse fuertemente...
- en los adultos con hipertensión (alta presión de la sangre).
- en ambos casos, al golpearse o asolearse mucho tiempo.

¿QUE HACER?

1. Siente a la persona con la cabeza en posición normal.
2. Apriete firmemente la parte blanda de la nariz con los dedos, durante unos diez minutos. Eso suele parar la mayoría de las hemorragias nasales.



3. Ponga agua fría o hielo en la frente.
4. Si la hemorragia todavía no se para es peligroso. Acuda al centro de salud u hospital.

PROHIBICION

No eche la cabeza atrás. Eso hace que la sangre fluya hacia el fondo de la garganta donde es tragada. Un vómito consiguiente puede empeorar el sangrado.

CAPITULO V: CAIDAS, GOLPES O ACCIDENTES

¿Cómo suceden?

¿Por qué?

¿Qué hacer para evitarlos?

PREVENCION:

- Enseñar a los niños el peligro que representa subirse en sitios altos como los árboles, paredes, escaleras, etc. por las caídas o golpes que pueden ocurrir.
- Enseñar a los niños el peligro de jugar cerca de barrancos.



- Mejorar los caminos vecinales.
- Tapar los hoyos grandes donde uno puede caer (desagües, etc.).
- Colocar señales de peligro en lugares en donde se necesitan.
- No dejar tirados paquetes, zapatos, escobas, cáscaras, basuras y otros objetos.
- Otros:



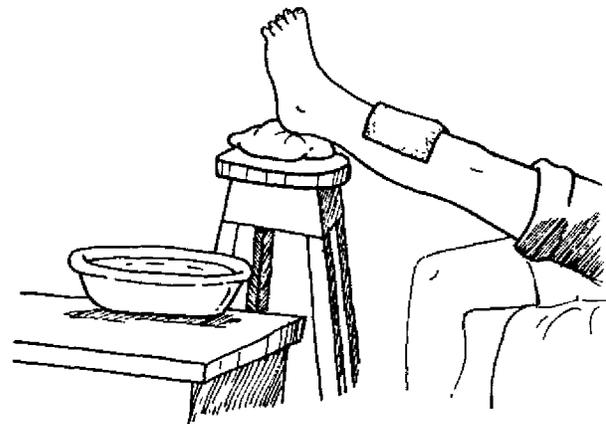
SINTOMAS Y SIGNOS:

- Contusiones, moretones, hematomas, chinchones,
- Heridas.
- Hemorragias.
- Fracturas.

¿Qué hacen ustedes en caso de golpes, moretones, chinchones?

¿QUE HACER?

1. En caso de contusiones y chinchones:
 - Coloque paños mojados en agua fría o helada.
 - Mantenga elevada la parte afectada.



2. En caso de herida:

- Limpie la herida cuidadosamente.
- Si sangra, procure detener la hemorragia mediante presión.
(ver página 30)



3. En caso de fractura: inmovilícela (ver página 40).

- 4.** Si hay que mover a una persona que se ha caído, póngala delicadamente en una tabla y tenga cuidado con las piernas y brazos, que pueden estar quebrados. También tenga mucho cuidado con la espalda y el cuello. Si se sospecha de una fractura del cuello o de la espalda (ver página 44) no mueva a la persona, ya que los movimientos pueden dejarla paralizada.

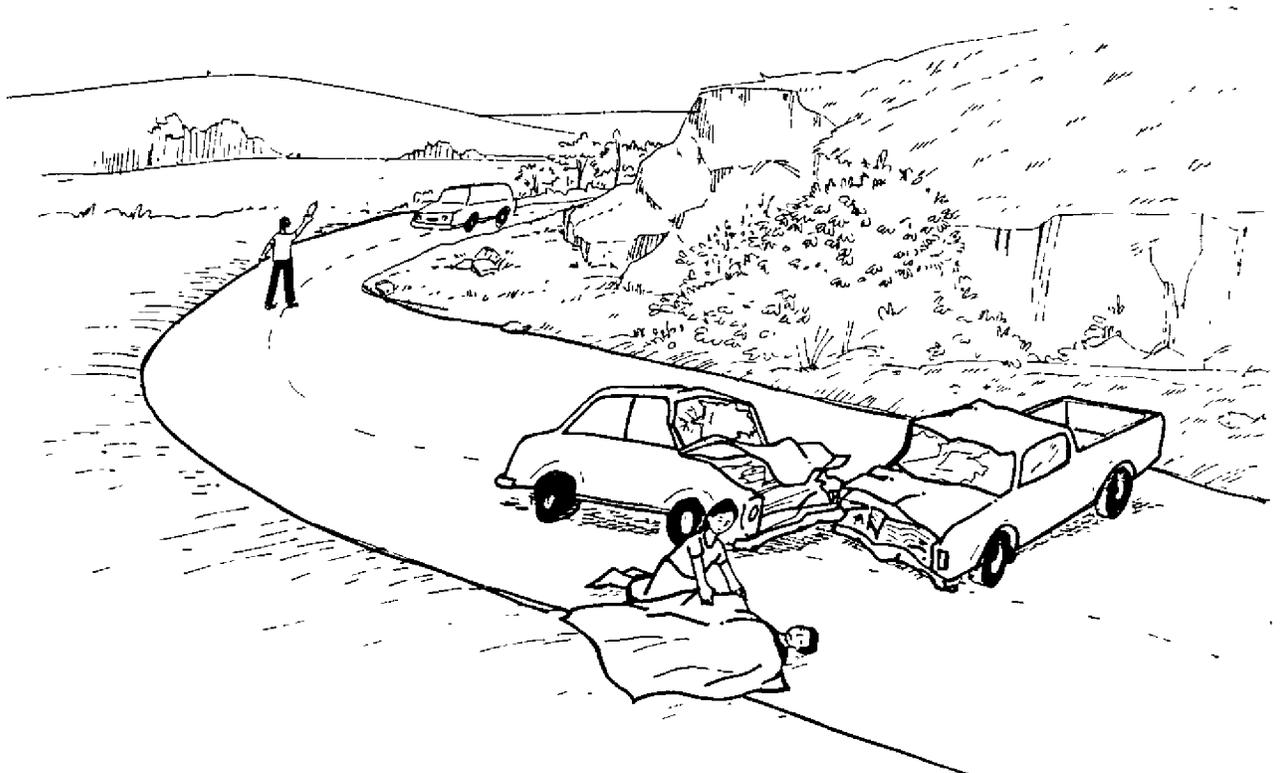
5. Después de una caída o golpe en la cabeza, observe al paciente por varias horas. Refiéralo inmediatamente al hospital, si se observan algunos de los siguientes síntomas:

- Náuseas o vómitos.
- Dolor de cabeza gradualmente más intenso.
- Pérdida del conocimiento.
- Dificultad para respirar.
- Dificultad para mover alguna parte del cuerpo o de la cara.

- 6.** En ocasiones, después de un golpe grave, la víctima se enfría. Cúbrela con una cobija o manta para que se mantenga caliente mientras la trasladan al hospital.

En caso de Accidentes Graves:

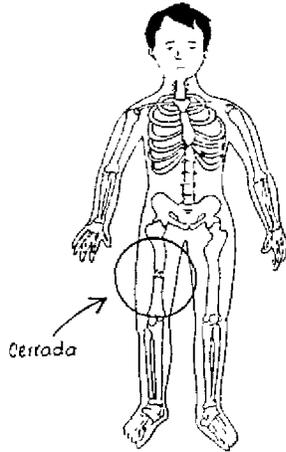
- Haga que alguien vaya a buscar ayuda inmediatamente.
- Evite el pánico alrededor del accidentado.
- No mueva a los heridos a menos que haya riesgo de incendio.
- Deje al accidentado acostado, preferiblemente sobre la espalda. Al pretender sentarlo o ponerle de pie, puede desmayarse o agravar alguna lesión que tenga.
- Especialmente no debe moverse el tronco o el cuello de la víctima.
- Si un accidentado está sangrando, procure detener la hemorragia según las indicaciones en la página 30.
- Si el paciente vomita, póngale la cara hacia un lado para evitar que se ahogue con los vómitos.
- Afloje la ropa que comprima al paciente (corbata, cinturón, etc.) así se facilitará la respiración y la circulación del accidentado.
- No debe darle ningún alimento o bebida.
- Cúbralo para evitar que se enfríe.
- Tranquilice al herido.



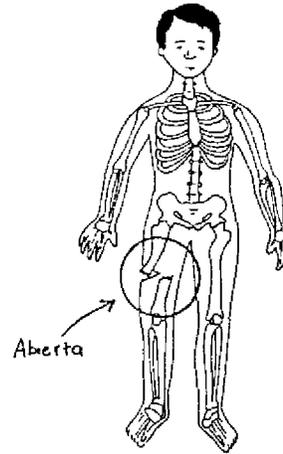
CAPITULO VI: LAS FRACTURAS

Las fracturas son roturas de huesos.

Clases de Fracturas:

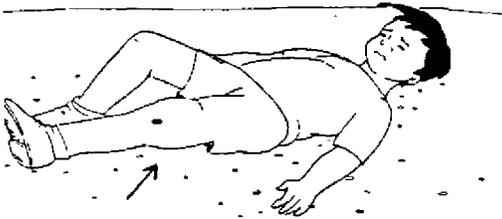


Cerrada: Cuando solamente se rompe el hueso. No hay herida.



Abierta: Cuando además de la fractura, hay herida y puede salir parte del hueso.

SINTOMAS Y SIGNOS:



Mucho dolor a nivel de la fractura, que se agrava con cualquier movimiento.



Hinchazón y/o amoratamiento.



A veces deformación.

■ No puede mover el miembro fracturado.

¿QUE HACER?

1. Lo importante es **inmovilizar el hueso quebrado, en una posición fija**, para que no se lastime más y para disminuir el dolor.
 - Si hay fractura abierta, ponga primero un paño limpio sobre la herida.
 - Inmovilice la fractura con tablillas forradas por dentro, periódicos enrollados, cartones, etc. La posición en que se debe inmovilizar es diferente según el hueso que se ha roto. Ver a continuación.



- Amarre las tablillas con pedazos de tela o trapos largos.

PROHIBICIONES:

- No trate de colocar el hueso en su sitio.
- No amarre la tablilla con alambres, cordones, pitas, etc. ni apriete demasiado.
- Nunca sobe o unte cosas cuando hay un hueso quebrado o sospecha de que esté quebrado.

2. **Refiera toda persona con fractura o sospecha de fractura al hospital, para que le saquen radiografía y le den el tratamiento adecuado. De lo contrario, la persona podría quedar impedida.**

En el transporte, evite cualquier movimiento brusco.



- Si sospecha una fractura en el cuello o la columna, no mueva al paciente ya que eso lo puede dejar paralizado. Llame inmediatamente una ambulancia o a los bomberos.

3. Calmar el dolor con **un analgésico**, por ejemplo: Acetaminofén o Aspirina.

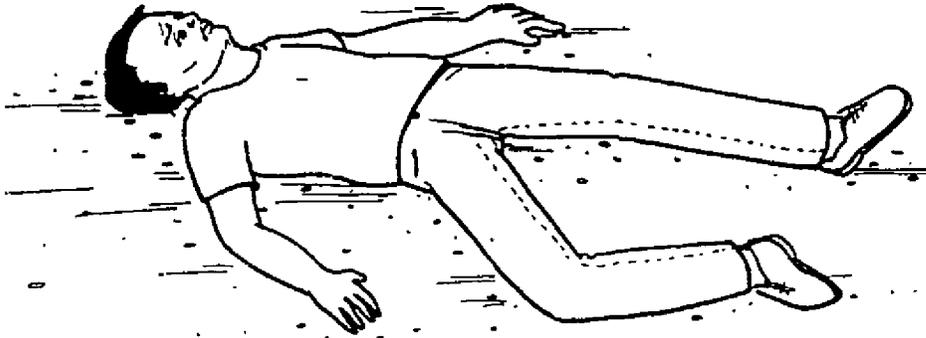
¿COMO INMOVILIZAR LAS FRACTURAS SEGUN SU SITIO?

Siempre se debe inmovilizar completamente la parte afectada, es decir arriba y abajo de la fractura, incluyendo las articulaciones.

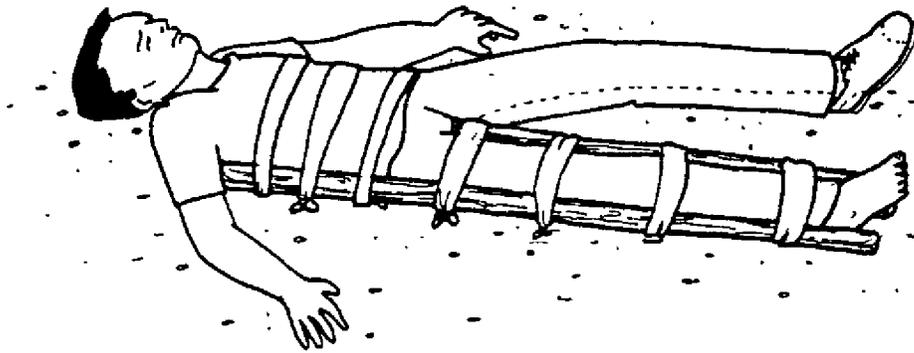
FRACTURA DE LA CADERA

Una fractura cerrada en el muslo puede sangrar mucho por dentro. Se debe controlar la presión arterial del paciente. Darle líquidos para prevenir el choque.

Observe la posición de la pierna de lado fracturado.

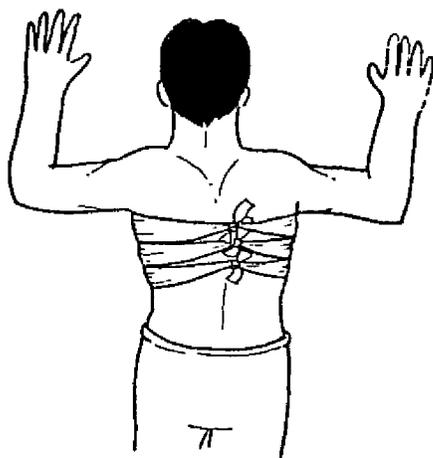


INMOVILIZACION



FRACTURA DE LA PIERNA

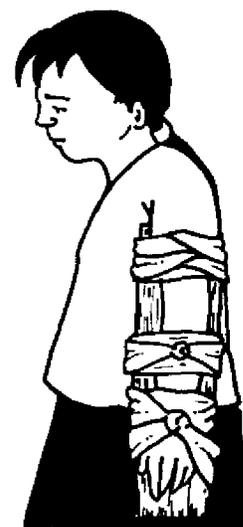


FRACTURA DE COSTILLAS**FRACTURA DE BRAZO**

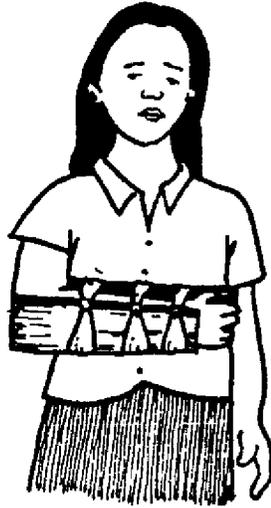
Después de entablillar, fijar el brazo contra el pecho.

**FRACTURA DE CODO**

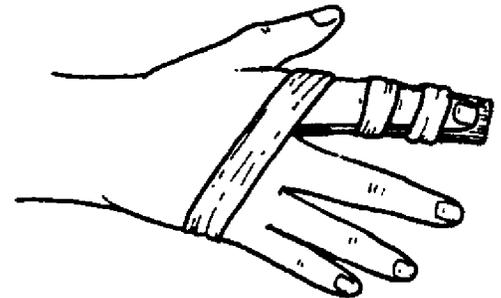
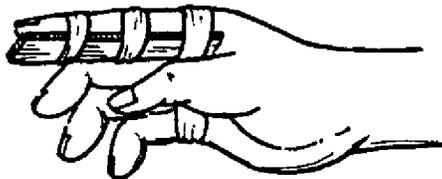
La fractura de codo se debe tratar con mucho cuidado. No doblar el brazo, se debe inmovilizar extendido.



FRACTURA DEL ANTEBRAZO



FRACTURA DE DEDO



CASOS PARTICULARES

1. Las **FRACTURAS DE LA COLUMNA VERTEBRAL O DEL CUELLO** son muy peligrosas.

Síntomas:

- Dolor fuerte en la espalda o nuca.
- Puede tener una pérdida de sensibilidad en los miembros.
- Puede no ser capaz de mover los miembros.

Qué hacer:

- Llame una ambulancia o a los bomberos.
- **No mueva al paciente**, porque cualquier movimiento fuerte puede dañar la médula espinal y provocar una parálisis para siempre e incluso la muerte.
- Para transportar al accidentado, se debe poner delicadamente sobre una tabla grande o una puerta, con la ayuda de varias personas. **Cuide de no mover el cuello ni la columna.**



2. Las **FRACTURAS DEL CRANEO** son muy graves también.

Síntomas y Signos:

Puede haber:

- Una herida en la cabeza (no siempre).
- Salida de sangre o líquido por la nariz y/o el oído.
- Dolor de cabeza, náusea.
- Comportamiento extraño, tendencia al sueño, pérdida de conocimiento.

Qué hacer:

- Llame inmediatamente una ambulancia o a los bomberos.
- Trasladar al paciente en posición semisentada.

PROHIBICION:

- No hacer presión sobre el cráneo.



CUIDADOS Y SEGUIMIENTO A UN PACIENTE CON UN YESO:

1. Cuando se pone un yeso en el brazo o antebrazo se deben quitar todos los anillos y pulseras, pues al haber inflamación e hinchazón podrían comprimir demasiado.

2. **Síntomas y signos cuando el yeso comprime demasiado:**

■ Se siente dolor en el miembro enyesado y hormigueo en los dedos.

- Los dedos de la extremidad enyesada se ven:
- hinchados
 - azules
 - fríos
 - además es difícil moverlos.



Es necesario referir al Centro de Salud u Hospital urgentemente.

3. **Cuando el yeso está flojo**, pierde su función, ya que no mantiene la fractura bien inmovilizada. Referir al Centro de Salud.

4. **No se debe mojar el yeso**, ya que perderá su firmeza y no cumplirá con el objetivo principal de inmovilizar la fractura. Se puede envolver el yeso con una toalla o cubrirlo con un plástico para evitar que se moje.

5. Después de sacar el yeso, los músculos se ven más flacos y se mueven con dificultad. Es recomendable hacer unos masajes y ejercicios suaves para que recuperen su movilidad normal.

LAS TORCEDURAS O ESGUINCES

¿Qué son?

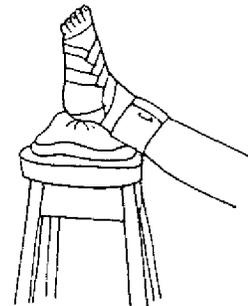
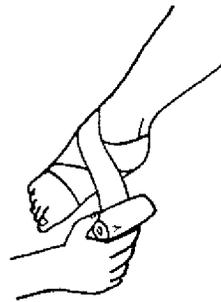
- Son desgarres o estiramientos de los ligamentos que rodean una articulación.
- Las torceduras son más frecuentes en los tobillos y las muñecas.

Síntomas:

- Hinchazón.
- Dolor.
- Dificultad de mover la articulación.

Que hacer:

- Ponga bolsas de hielo o compresas de agua fría sobre la parte afectada.
- Coloque un vendaje de gasa o de tela, no muy apretado.



- Repose el miembro lesionado en alto.
Si le duele demasiado al caminar, puede ser que haya fractura u otro problema.
- Refiéralo inmediatamente al hospital.

LAS LUXACIONES (O ZAFADURAS)

¿Qué son?

- Son desplazamientos o zafaduras de los huesos de una articulación.
- Las luxaciones son más frecuentes en los dedos, la mandíbula, el hombro y el codo.

Síntomas:

- Dolor
- Incapacidad de movimiento.
- Deformidad en la articulación (no siempre).

Que hacer:

- Inmovilice en la posición en que se encuentra la articulación (ver inmovilización página 40)
- Traslade al hospital.



Prohibiciones:

- No intente colocar el hueso en su articulación.
- No mueva la parte afectada innecesariamente.
- No haga masajes.
- No unte pomadas.

CAPITULO VII: INCENDIOS Y QUEMADURAS

¿Cuáles son las causas más frecuentes de los incendios?

¿Cómo evitarlos?

CAUSAS DE LOS INCENDIOS

Por experiencia sabemos que la mayoría de incendios son producidos por:

1. La **electricidad**, cuando se hacen instalaciones inadecuadas debido al desconocimiento, por atenuados, o sea, que enterados de lo que puede suceder aún persisten en hacer la instalación mal, teniendo como excusa que es "para mientras". Y recuerden que lo que hacen para mientras, para mientras se queda, hasta que sucede algo.
2. **Veladoras, candelas y cocinas**, cercanas o sobre materiales que con facilidad se incendian.
3. Los **cigarrillos, fosforos y cohetes**.
4. La mala instalación del **tanque de gas** o explosión del mismo.
5. **Mucha basura acumulada**, por ejemplo en los basureros, puede provocar incendios por el gas que se produce dentro de los desechos en descomposición.

PREVENCIÓN DE LOS INCENDIOS:

1. Precauciones con la electricidad:

- Compruebe la seguridad de sus instalaciones eléctricas y repare las que estén defectuosas lo más pronto posible.
- **No sobrecargue los enchufes.**



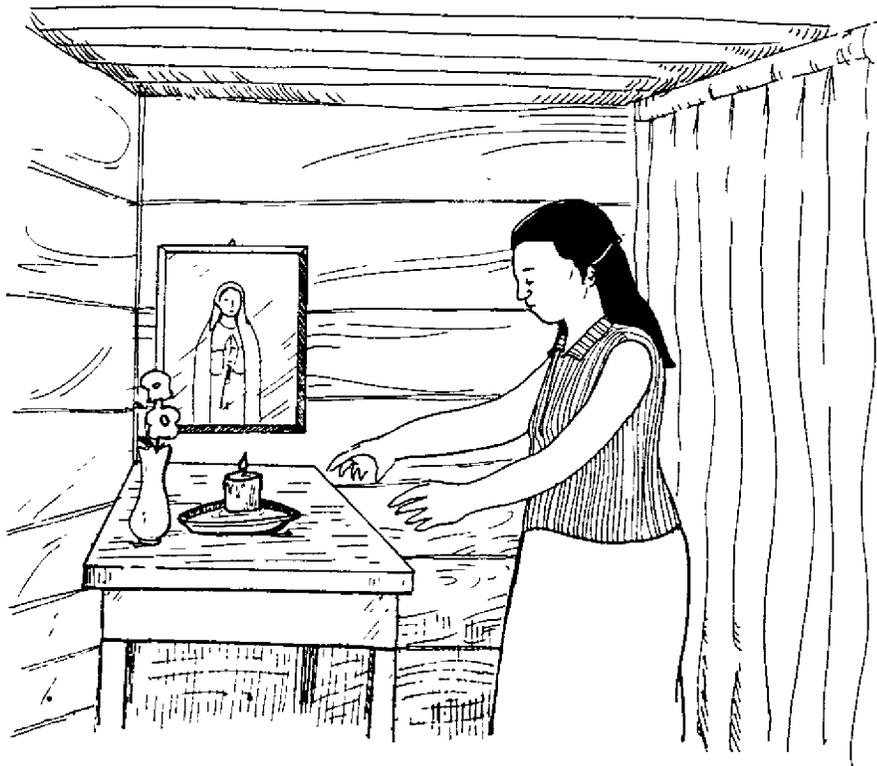
- No use alambre demasiado delgado, porque produce recalentamiento. **Además, los alambres no pueden estar pelados:** aíslelos o entúbelos.
- Desenchufe los aparatos eléctricos después de utilizarlos, principalmente la plancha.



2. Precauciones con las cocinas de gas:

- No deje la estufa funcionando cuando usted salga de la casa.
- No ponga cerca de la estufa materiales que con facilidad pueden incendiarse (madera, cartones, plástico, adornos).
- **Si su estufa es de gas propano**, primero encienda el fósforo y en seguida abra la llave de la hornilla o la del horno. Así se evita de quemaduras. Si sienten olor a gas propano no enciendan ninguna luz, procure no ocasionar chispas ni llamas, hay peligro de explosión. Si hay escape de gas y éste se incendia, no apague las llamas, deje que arda hasta que se quemé el gas. Eche agua alrededor para que el fuego no se propague.
- **Si su estufa es de gas corriente**, mantenga cerca arena de río con un poco de bicarbonato para lanzarla a las llamas en caso de derrame del líquido.
- Evite ponerse ropa sintética cuando cocina porque es la que más fácilmente agarra fuego.

3. Precauciones con veladoras y candelas:



- Ni veladoras ni candelas deben ser colocadas sobre superficies de madera. Colóquelas dentro de un plato que contenga agua. Esto es para que cuando se terminen, el agua apague las llamas. Hágalo aunque las veladoras estén en vaso.
- Présteles cuidado a las candelas, éstas al caer aún llegan al suelo encendidas.
- No deje candelas y veladoras encendidas cerca de cosas que se quemen fácilmente. Apagarlas al salir de la casa.

4. Precauciones con fósforos:

- No deje a los niños jugar con fósforos, por el riesgo del incendio. Además, si los llevan a la boca, pueden sufrir una intoxicación.
- No arroje los fósforos encendidos a la basura.

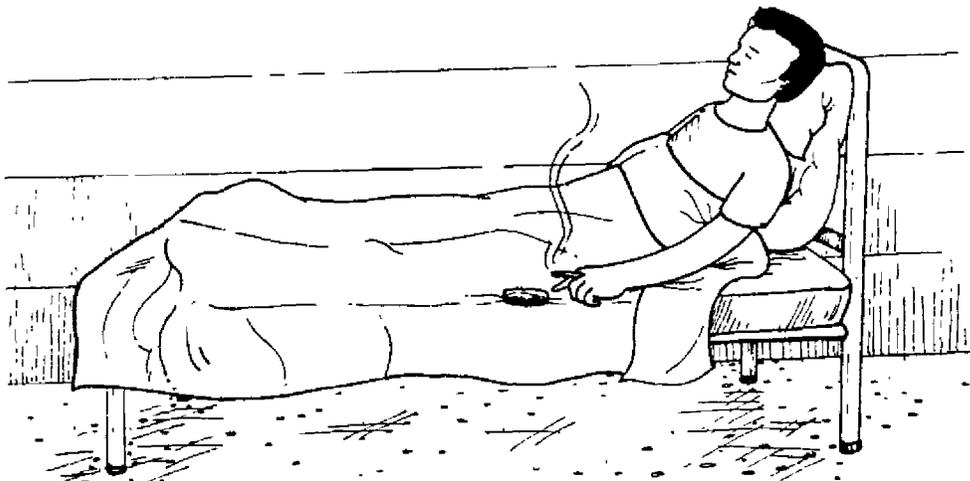


5. Precauciones con cohetes (morteros, bombas, estrellitas):

- No permita que los niños jueguen con cohetes (morteros, bombas, estrellitas).

6. **Los cigarrillos** provocan muchos incendios.

- No fume en la cama, puede quedarse dormido y ocasionar un incendio.



- Apague las colillas antes de tirarlas.
- No tire los cigarrillos ni las colillas en malezas ni en la basura.

7. **Precauciones con productos inflamables:**

- Tenga cuidado con productos inflamables como alcohol, gasolina y gas (kerosene).
- Nunca eche kerosene, gasolina en el fuego de brasas. Puede causar una explosión.

8. **No haga fogatas en lugares en donde éstas puedan extenderse** (paja, papeles, etc.)

- *Otras precauciones para evitar incendios:*

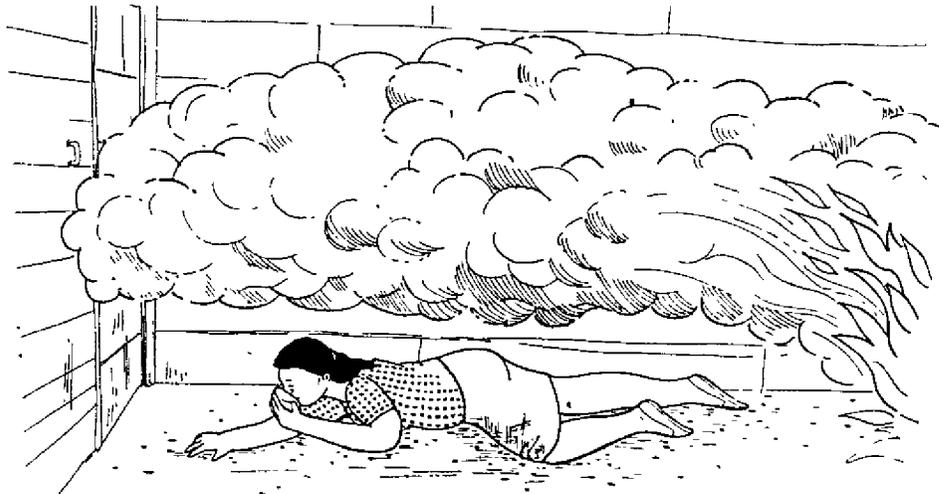
¿QUE HACER?

1. Si se incendia la casa:

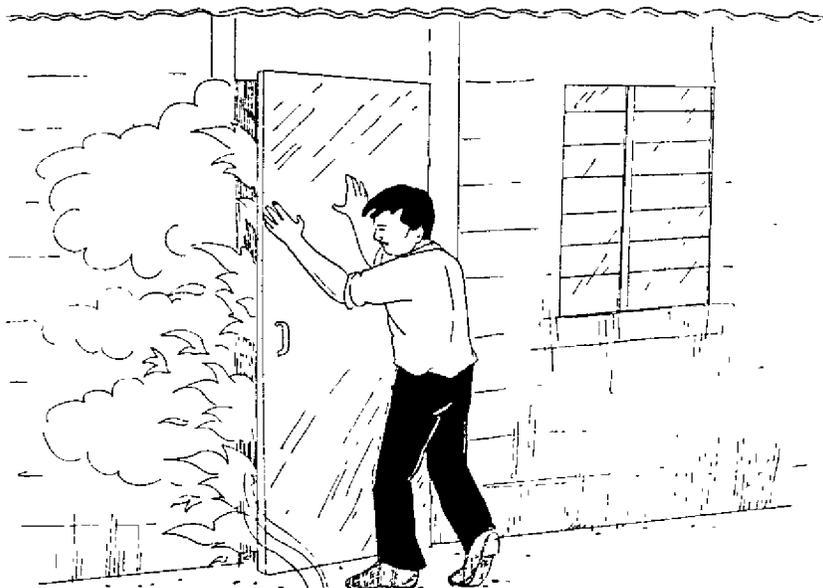
- Desocupe la casa
- Llame a los bomberos.

RECUERDE:

- Los gases y humo del incendio son perjudiciales. Cúbrase la nariz y la boca con un pañuelo húmedo. El mejor aire está cerca del suelo. Para escapar de un incendio, gatee por el suelo.



- El aire hace las llamas del incendio más fuertes. Para evitar ésto, cierre las puertas y ventanas.



2. Si se incendian las ropas:

- Ruede por el suelo para apagar las llamas.
- Eche una alfombra, poncho o camisa sobre la zona ardiente para apartar el aire de las llamas.



- Impida que la persona quemada siga corriendo con pánico, ya que esto sólo aumenta las llamas.

3. Si se incendia la sartén:

- Apague la estufa.
- Tape la sartén con su tapadera o una toalla mojada.



4. Si se incendia un aparato eléctrico:

- Desenchúfelo.
- Envuélvalo con una alfombra, toalla o mantel.
- Nunca tire agua sobre un aparato eléctrico.



QUEMADURAS

¿Según su experiencia, cuáles son las causas más frecuentes de las quemaduras?

¿Cuáles son las precauciones más importantes para evitarlas?

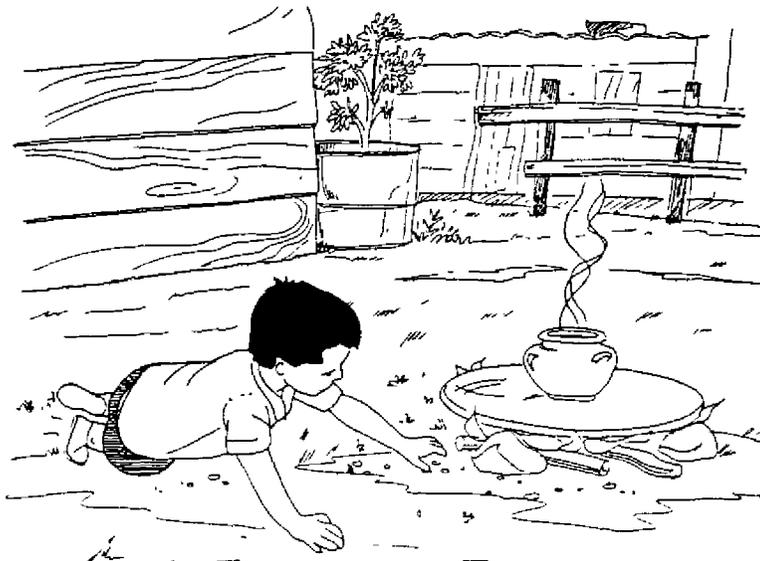
Las quemaduras son lesiones en la piel producidas por:

- Agua, aceite, comida u otros líquidos hirviendo.
- Objetos muy calientes.
- Fuego y explosiones (principalmente por cohetillos).
- Sustancias químicas (ácidos, sosa cáustica, cal viva, etc.)
- El sol y la electricidad.

PREVENCIÓN DE LAS QUEMADURAS:

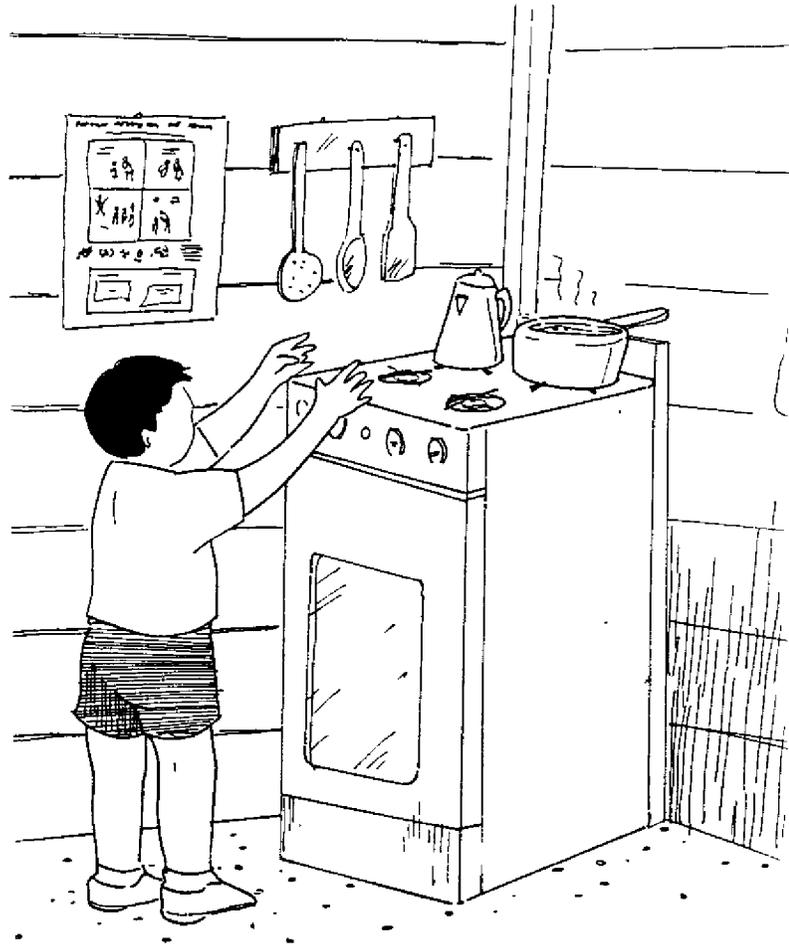
Muchas quemaduras se pueden prevenir, **hay que tener cuidado especial con los niños**, por ejemplo:

- No deje que los niños se acerquen mucho al fuego o ponga una protección alrededor.

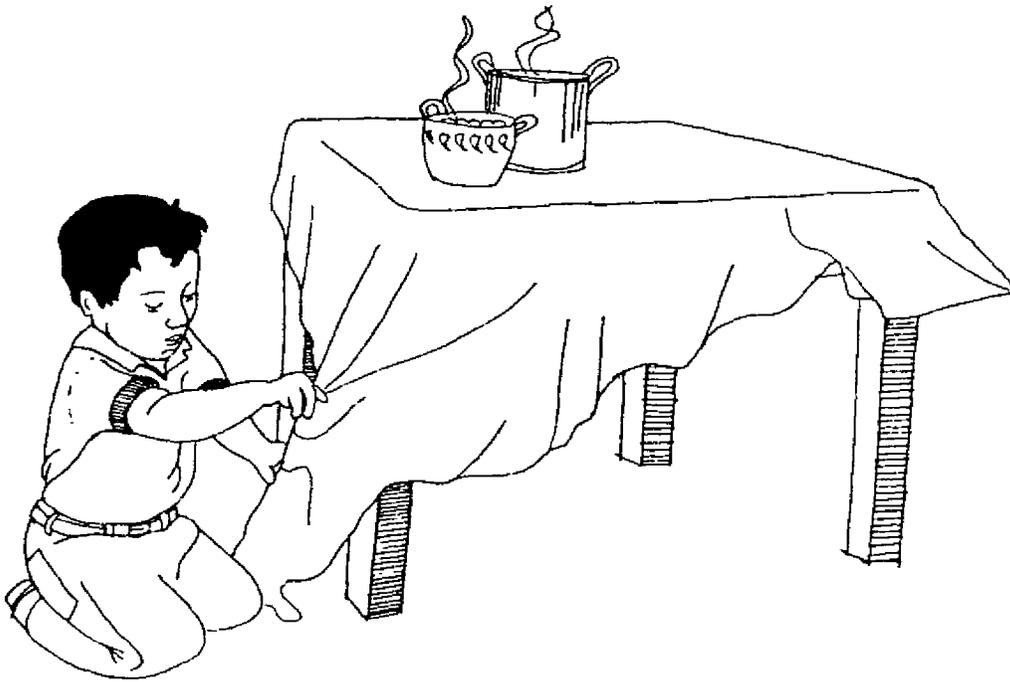


- No permita que usen fósforos o gas, ni cohetillos.

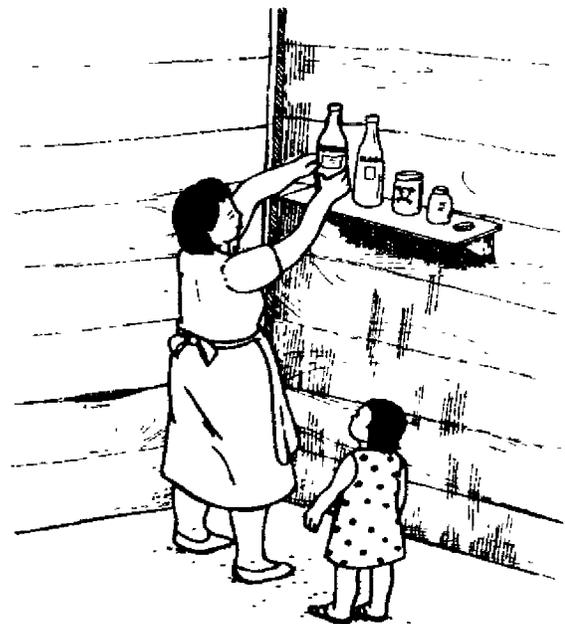
- Cuando cocina, deje los mangos de los sartenes y las ollas siempre para adentro.



- No ponga cosas calientes (café, sopa, etc.) al borde de la mesa o en el suelo.



- Tenga cuidado con los manteles muy largos. Los niños los halan de la punta y lo que está en la mesa les puede caer encima.
- Nunca deje sin vigilancia el aceite en la sartén, ya que puede encenderse.
- No deje una plancha eléctrica conectada con su cable colgando. Tirándolo el niño podría hacerlo caer y quemarse.
- Mantenga productos químicos (ácidos, sosa cáustica, etc.) en lugares seguros y altos, siempre lejos del alcance de los niños.
- *Otras recomendaciones para evitar las quemaduras:*



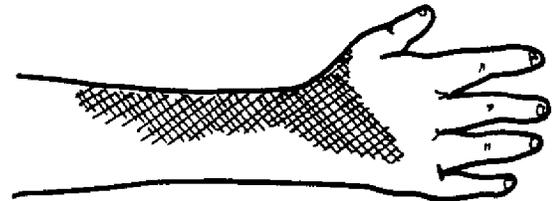
CLASIFICACION Y SINTOMAS:

Las quemaduras se clasifican de la siguiente manera:

- **De acuerdo a la extensión que abarcan en la piel**, se les califica de:
 - quemaduras leves si tienen poca extensión
 - quemaduras moderadas
 - quemaduras graves o extensas, por ejemplo en todo el brazo o pierna, o en gran parte de la espalda o pecho, o en la cabeza.
- **De acuerdo a la profundidad que hayan alcanzado en la piel y en los tejidos debajo de la piel**, se definen tres grados:

- **Primer grado:** quemaduras superficiales como cuando nos quemamos por el sol.

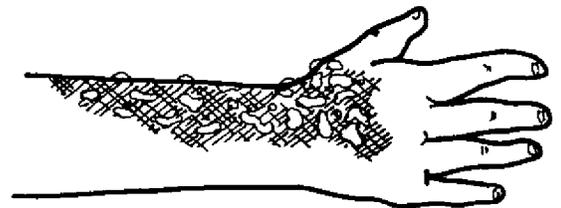
Dejan sólo enrojecimiento de la piel y ardor, se curan en 3 a 5 días.



- **Segundo grado:** quemaduras un poco más profundas, por ejemplo cuando nos quemamos con agua caliente.

Provocan ampollas, ardor y mucho dolor.

Se curan en 2 ó 3 semanas.

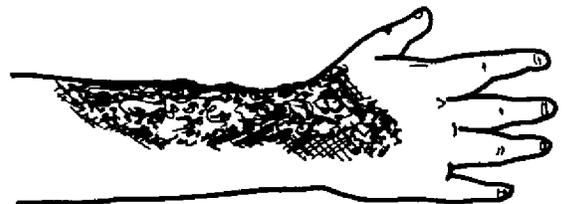


- **Tercer grado:** quemaduras profundas que destruyen la piel, los músculos, nervios y vasos sanguíneos.

A veces llegan hasta el hueso.

La piel se ve blanca o negra, carbonizada.

Necesita cirugía e injertos.



Entonces es necesario valorar la extensión y profundidad de las quemaduras para determinar su gravedad y qué hacer.

LAS QUEMADURAS SON PELIGROSAS POR:

- **LA PÉRDIDA DE LÍQUIDO QUE PROVOCAN.** LAS QUEMADURAS EXTENSAS SON GRAVES PORQUE, SE PIERDEN MUCHOS LÍQUIDOS, LO QUE PROVOCA DESHIDRATACIÓN Y CHOQUE.
- **LAS INFECCIONES QUE FÁCILMENTE COMPLICAN LAS QUEMADURAS, INCLUYENDO EL TÉTANOS.**
- **ADEMÁS, CUANDO AFECTAN ZONAS DEL CUERPO QUE SE MUEVEN (ARTÍCULACIONES, MANOS, PIES...) PUEDEN DEJAR DEFORMACIONES PERMANENTES POR LA CICATRIZACIÓN.**

¿QUE HACER?

¿Qué hace en caso de quemaduras?

¿Qué remedios caseros utiliza?

1. Siempre lávese bien las manos con agua y jabón.
NO toque la zona quemada para evitar la infección.
2. Inmediatamente después que haya sucedido el accidente, **meta la parte quemada bajo un chorro de agua fría o en un recipiente amplio con agua fría, durante 20 ó 30 minutos.** Con esto se reduce el ardor y el dolor y se evita que las quemaduras se extiendan más profundamente.



3. Si es quemadura con ampollas:

- no las rompa para evitar la infección
- si ya están rotas, no levante la piel para facilitar la cicatrización
- después de haber metido la quemadura en agua, cubrála con compresas húmedas.
- refiera al Centro de Salud para observación y aplicación de la **vacuna antitetánica**.

4. Refiera al hospital si:

- La quemadura afecta la cara, el cuello o los genitales.
- La quemadura afecta zonas del cuerpo que se mueven (articulaciones, manos, pies, etc.), ya que puede dejar deformaciones permanentes e incapacidad de moverlas.
- La quemadura es extensa.
Para evitar la deshidratación y choque déle al paciente un vaso de sales de rehidratación oral (SRO) cada 10 minutos (siempre que no esté vomitando) o mucha agua.
- La quemadura es del tercer grado.

5. Alivie el dolor con aspirina o acetaminofén.

6. **Remedio casero** para quemaduras de 1° y 2° grado, leves o moderadas: aplicar una hoja de **SABILA** partida en dos para que suelte la liga. O quitarle la cáscara, machacar lo de adentro y aplicar la liga. Repetir varias veces al día.

PROHIBICIONES:

- No ponga hielo, mertiolate, yodo, pomadas, pasta de dientes, aceite, etc. sobre las quemaduras.
- No cubra nunca las quemaduras con algodón.
- Nunca arranque la ropa que está pegada a la piel.
Cortela con cuidado alrededor de las quemaduras.

QUEMADURAS ELECTRICAS Y ELECTROCUCION (O CHOQUE ELECTRICO)

La electricidad es peligrosa y puede:

- Matar instantáneamente.
- Dejar a la víctima sin conocimiento.
- Producir quemaduras graves.

PREVENCION:

- La piel húmeda es especialmente eficiente como conductor, de modo que no maneje nunca aparatos electrodomésticos con las manos mojadas, ni tenga nunca estufas eléctricas en cuartos de baño o cocinas, al alcance del agua.

- Tenga los aparatos eléctricos y los alambres en buen estado.



¿QUE HACER?

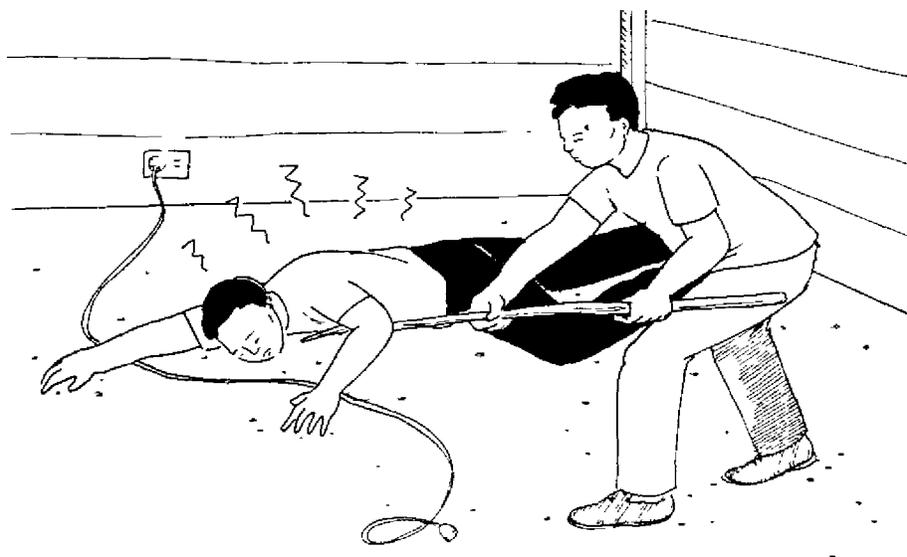
Interrumpa el contacto con la corriente eléctrica; puede hacerlo:

1. Apagando el interruptor en la pared.

2. Tirando fuerte del cordón, de modo que el enchufe salte de la pared.



3. Apartando a la víctima de la fuente eléctrica con un objeto aislante como un palo, una silla de madera, o un mango de escoba, hule, etc.



Nunca emplee objetos metálicos ni toque a la víctima, ya que le pasaría lo mismo que a él!

Después:

- Siga las indicaciones de quemaduras.
- Traslade a la persona al Puesto, Centro de Salud u hospital más cercano.