Las quemaduras son algunas de las lesiones más dolorosas y que más desfiguran que una persona puede sobrevivir. En cuestión de segundos, una quemadura puede causar lesiones físicas y emocionales que duran toda la vida, especialmente en los niños. Los niños tienen una piel más delgada que los adultos; su piel se quema a temperaturas más bajas y las heridas son más profundas. Los niños pequeños se convierten en víctimas de quemaduras debido a que no perciben el peligro tan rápidamente como un adulto, tienen menor control sobre su medio ambiente y no tienen la habilidad para escapar de una situación que amenaza la vida. Por último, es posible que no sobrevivan el estrés físico de una quemadura.

A nivel nacional, 600 niños mueren y otros 100,000 niños son tratados por lesiones relacionadas con quemaduras cada año. En Minnesota, las visitas a las salas de emergencia por lesiones relacionadas con quemaduras promedian más de 5,000 al año.*

La mayoría de nosotros nos sentimos más seguros en la casa, pero de hecho, la cocina y el baño pueden ser las áreas más mortales de su casa. Usted es responsable de hacer su casa segura para usted y para otros.

*Departamento de Salud de Minnesota

MINNEAPOLIS EMT FIRE RESCUE

www.ci.minneapolis.mn.us/fire

En asociación con

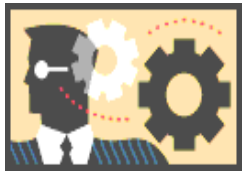
MINNESOTA PUBLIC SAFETY STATE FIRE MARSHAL

www.fire.state.mn.us

Prevención de quemaduras

Con respecto a las quemaduras

¿QUÉ PUEDO HACER?



Esté consciente de los riesgos a su alrededor y redúzcalos al mínimo. Dé ejemplo seguro y responsable a otros.

Precauciones en la cocina

- Quédese en la cocina mientras cocina.
- Mantenga los artículos combustibles, incluyendo toallas y agarradores de ollas, lejos del área de cocinar.
- Vista ropa con mangas cortas o ajustadas al cocinar, o use bandas elásticas para sostener las mangas largas o sueltas.
- Use los quemadores posteriores cuando sea posible y mantenga los mangos de las ollas hacia adentro. Un niño curioso podría agarrar el mango y derramar el contenido de la olla.
- Mantenga los cables de los aparatos eléctricos fuera de los bordes de los topes de los gabinetes para evitar que un niño tire de ellos.
- Use tazas resistentes a derrames para las bebidas calientes.
- Cuando haya niños pequeños presentes, quite los manteles y mantelitos; los niños podrían tirar de ellos y derramar un plato caliente o pesado.
- Cree una "zona prohibida" o una "zona segura" para los niños alrededor de la cocina y el horno — cerca de 5 pies de distancia. Los niños deben mantenerse fuera de este perímetro.
- Enseñe a los niños que un plato que se ha puesto en el microondas puede estar frío, pero que la comida puede estar muy caliente.

Otras precauciones

- Compruebe el agua del baño antes de poner a su hijo en la bañera. Fije su calentador de agua a 120 grados Fahrenheit o menos y siempre proporcione supervisión.
- Mantenga los fósforos, encendedores y líquidos inflamables fuera del alcance de los niños.
- Nunca use gasolina alrededor de una llama, úsela en áreas bien ventiladas, y nunca la use como encendedor de carbón. Llene los tanques de las cortadoras y recortadoras de césped antes de encenderlas. Si necesita reabastecerlas de gasolina antes de terminar el trabajo, asegúrese de que el motor se enfríe antes de reabastecerlas.
- Se deben instalar detectores de humo en cada nivel y en cada área de dormir de su casa. Pruébelos una vez al mes y reemplace las baterías dos veces al año.
- Prepare y practique un plan de escape con dos maneras de escape de cada habitación.

He sufrido una quemadura, ¿qué hago ahora?

Detenga el proceso de quemado.

Quítese la ropa y las prendas de joyería y de metal de alrededor del área de la quemadura, ya que retienen calor y aumentan el daño en la piel. Si el material está adherido a la piel, aplique agua moderadamente fresca y obtenga atención médica. Corra agua moderadamente fresca —no fría— sobre el área de la quemadura por unos minutos.

No aplique hielo a la quemadura. El hielo puede empeorarla.

No aplique cremas, ungüentos ni bálsamos.

No abra las ampollas hasta que las vea un médico.

Las quemaduras de primer grado (enrojecimiento) y de segundo grado (ampollas cerradas) menores que la palma de la mano por lo general se pueden tratar en la casa. Prevenga infecciones lavando suavemente la quemadura varias veces al día con jabón antibacteriano suave. Enjuague completamente. Cubra las áreas abiertas con una gasa limpia y suelta. Consulte a su médico o al centro de quemaduras local si la quemadura no sana en dos o tres días o si aparecen señales de infección.

Para quemaduras más extensas (más grandes que la palma de la mano), quemaduras químicas o eléctricas, o una quemadura en la cara, las vías respiratorias, las manos, los pies o el área genital, llame al 911 o al número de emergencia de su localidad.