



# Reunión semanal sobre seguridad

## Primeros Auxilios para Quemaduras

Una quemadura puede ser dolorosa o indolora, según el grado. El grado de la quemadura está determinada por su ubicación en el cuerpo y el número de capas de piel afectadas. El calor, la electricidad, las sustancias químicas o la radiación pueden causar una quemadura. La primera respuesta en una situación de quemadura es detener la fuente de calor, o romper el contacto entre la fuente de calor y la piel. El cuerpo retiene el calor y continua quemar hasta la piel se enfría. En muchos casos, puede enfriar la quemadura con agua. A menos que se indique por un profesional médico, nunca use mantequilla o ungüentos; sellan en calor y pueden causar una infección. Si ampollas forman, no se debe reventarlos porque protegen la quemadura contra la infección.

### Las Quemaduras de Primer Grado (Quemaduras de Sol, Enrojecimiento):

- Enfríe la zona de inmediato. Coloque el área afectada en un recipiente con agua fría o bajo un chorro de agua fría. Haga esto por lo menos 15 minutos o hasta que el dolor se alivia. Esto también reducirá la cantidad de daño cutáneo. (Si el área afectada está sucio, primero lávela suavemente con agua jabonosa.)
- No aplique hielo o agua fría durante un periodo de tiempo demasiado prolongado. Esto puede resultar en entumecimiento total, que conduce a la congelación.
- Mantenga descubierto y elevado el área, si es posible. Aplique un vendaje seco, si es necesario.
- No utilice mantequilla u otros ungüentos (por ejemplo, Vaselina).
- Evite utilizar aerosoles y cremas de anestésico local. Pueden retardar el saneamiento y pueden provocar reacciones alérgicas en algunas personas.
- Llame a su médico si después de 2 días, usted tiene señales de infección (fiebre de 101 grados F o más, escalofríos, mayor enrojecimiento, hinchazón, o pus en la zona infectada) o si el área afectada sigue siendo doloroso.

### Las Quemaduras de Segundo Grado:

- Sumerja el área afectada en agua fría (NO EN HIELO) el hasta que el dolor disminuya.
- Sumerja paños limpios en agua fría, retuércelos, y aplíquelos una y otra vez a la zona quemada durante tanto tiempo como una hora. Seque el área dándole golpecitos suaves. No frote.
- No rompa ningunas ampollas que han formado.
- Evite aplicar aerosoles, ungüentos y cremas antisépticas.
- Una vez seca, venda la zona con una sola capa de gasa suelta que no pega a la piel. Sujete en su lugar con cinta de vendaje colocada bien lejos de la zona quemada.
- Cambie el apósito al día siguiente, y cada dos días después de esa fecha.
- Apoye el área quemado más alto que el resto del cuerpo, si es posible.
- Llame a su médico si hay señales de infección (fiebre de 101°F o más, escalofríos, mayor enrojecimiento e hinchazón, y pus) o si la quemadura no muestra ningún signo de mejora después de 2 días.

## Las Quemaduras de Tercer Grado:

- Todas las quemaduras de tercer grado requieren tratamiento médico. Las quemaduras de tercer grado leves pueden ser tratadas en un consultorio médico, pero todos los demás deben ser consideradas una emergencia médica que requiere tratamiento en el hospital, generalmente en una unidad de quemados.
- Llame al 911 o lleve a la persona a una sala de emergencia tan pronto como sea posible.
- Si la persona está en llamas, no se le permite correr. Sofoque cualquier llamas con una manta, chaqueta, o agua, si está disponible, o haga que la víctima utilice el método de "parar, echarse al suelo, y rodar".
- Quite cualquier ropa o joyas de la zona lesionada, pero NO RETIRE la ropa si está pegada a la quemadura.
- Muy brevemente sumerja el área quemada en agua fría, o utilice una toalla limpia o paño suave humedecido con agua fría, para detener el proceso de quemado.
- No mantenga el área quemado en agua fría durante un periodo demasiado prolongado, o enfriará el cuerpo demasiado.
- No utilice hielo o agua con hielo porque dañarán el tejido aun más.
- No rompa ampollas debido al mayor riesgo de infección. Si las ampollas están abiertos, no quite cualquier ropa que pudiera estar pegada a la quemadura, y no deje que el agua corra sobre la quemadura. Esto aumentará el riesgo de shock.
- Si las ampollas están rotos o no, puede colocar una almohadilla de gasa estéril seca sobre la quemadura, pero no use ningunas vendas con adhesivo. Si la zona quemada es de tamaño grande, ligeramente cúbreala con un paño o una sabana limpio para protegerla hasta que recibe tratamiento médico. Es importante que el vendaje esté suelto para permitir que aire llega a la quemadura.
- Nunca aplique mantequilla, aceites o ungüentos de quemadura. Lo hacen más difícil que la quemadura sane. De hecho, pueden empeorar la quemadura porque no dejan el calor escapar.
- Se debe mantener elevados los brazos o las piernas quemados para reducir la cantidad de inflamación. Si la cara o el cuello está quemado, eleve la cabeza de la persona ligeramente. Esto también ayudará a si él o ella tiene dificultad para respirar.
- Si la persona parece estar entrando en shock, posicione a él o a ella plano sobre el piso, levante los pies unas 12 pulgadas (30cm), y llame para ayuda médica. Puede cubrir al paciente con una manta para que se mantengan calientes.
- No de a una persona que está en estado de shock nada para beber. Sin embargo, puede proporcionarla pequeños sorbos de líquidos claros, como agua o jugo.

## Recuerde:

Antes de que ocurre un accidente, hay que saber la ubicación del botiquín de primeros auxilios, el teléfono más cercano, el numero de teléfono del centro médico y como llegar allá. Las quemaduras pueden ser extremadamente dolorosas y causar daños irreparables en segundos. Hay que ser capaz de responder apropiadamente y obtener asistencia medica de inmediato.

***¡¡LA SEGURIDAD ES UN TRABAJO DE TIEMPO COMPLETO...NO LA  
CONVIERTE EN UNA PRÁCTICA DE TIEMPO PARCIAL!!***

