

# **+ MANUAL DE PREVENCIÓN DE ACCIDENTES Y PRIMEROS AUXILIOS**



AYUDAS QUE SALVAN VIDAS

## **CENTROS DE SALUD MUNICIPALES**

### **ZONA SUR**

**EVITA**  
RIVADAVIA Y LOS NOGALES Nº 3001  
☎ 4462150

**LAS FLORES**  
SARMIENTO Y LOS PINOS  
☎ 4441084

**SAN MARTÍN**  
HUERGO Y LAS VIOLETAS  
☎ 4460740

**STELLA MARIS**  
ENTRE GASTALDI / CALLE 517 Y PRESIDENTE PERÓN  
☎ 4482774

**ISIDRO QUIROGA**  
LISANDRO DE LA TORRE Y ROMERO  
☎ 4480944

**MOURE**  
SABINO FREILE Y CAYELLI  
☎ 4486040

**FRACCIÓN 14**  
RAÚL CERCO Y CONCEJAL SILVIA CRISTINA ÁVILA  
☎ 156255628

### **ZONA NORTE**

**STANDARD NORTE**  
AV. 8 DE DICIEMBRE Nº 1300  
☎ 4537258

**PRESIDENTE ORTÍZ (KM5)**  
JOSÉ INGENIEROS Nº 1064  
☎ 4558934

**MARCELINO REYES (KM3)**  
AV. DEL LIBERTADOR Nº 657  
☎ 4557605

**CASTELLI**  
VIRGEN DE LOURDES  
☎ 4559855

**RODRÍGUEZ PEÑA**  
MIGUEL PEÑA 48  
(UNIÓN VECINAL)

**RENÉ FAVALORO (KM14)**  
DR. RICARDO PETTINARI Y  
SUBOF. NELSON GODOY S/N  
☎ 154647139

 **AYUDAS QUE SALVAN VIDAS**



# Picaduras de insectos

Si bien las picaduras de insectos pueden ser molestas, los síntomas generalmente comienzan a desaparecer al día siguiente y no requieren tratamiento médico. No obstante, los niños muy alérgicos a las picaduras de insectos pueden presentar síntomas que ponen en riesgo sus vidas y es posible que necesiten un tratamiento de emergencia.



## Qué hacer:



- 1- Retire al niño del lugar en el que fue picado
- 2- Si el niño fue picado por una abeja, una avispa, un avispón o una avispa con pintas amarillas y puede ver el agujón, retírelo frotando suavemente la piel en forma horizontal con el borde de una tarjeta de crédito o las uñas
- 3- Lave la zona afectada con agua y jabón
- 4- Coloque hielo o un paño húmedo frío en el área afectada para aliviar el dolor y la hinchazón.
- 5- Si hay picazón, coloque una pasta de bicarbonato de sodio y agua o una loción de calamina (no aplique calamina en la cara o los genitales del niño).
- 6- Comuníquese con el médico del niño si:
  - Presenta hinchazón o manchas coloradas que se extienden más allá del lugar de la picadura
  - El área parece infectada (cada vez más enrojecimiento, calor, hinchazón, color o pus varias horas o tiempo después de la picadura).

### Busque atención médica de emergencia si:

- El niño presenta síntomas de una reacción alérgica severa
- La picadura es en algún lugar de la boca
- El niño tiene una alergia severa conocida a las picaduras de insectos
- Se utilizó epinefrina inyectable.

## Señales de una reacción alérgica severa:

- Hinchazón de la cara y/o boca
- Dificultad para tragar o hablar
- Opresión en el pecho, jadeos o dificultad para respirar
- Mareos o desvanecimiento
- Dolor abdominal, náuseas o vómitos

## ¡Más vale prevenir!

Intente que el niño evite lo siguiente: caminar descalzo en el pasto; utilizar jabones perfumados, perfumes o spray para el cabello; vestirse de colores brillantes o con estampados de colores; acercarse a lugares en los que hay nidos de insectos o muchos insectos; beber directamente de latas de gaseosas. También asegúrese de que: los recipientes para la basura del exterior tengan tapas herméticas, no haya acumulaciones de agua estancada (en bocas de tormenta, macetas, pilas de baño para pájaros, etc.) y los alimentos estén cubiertos cuando se come al aire libre.

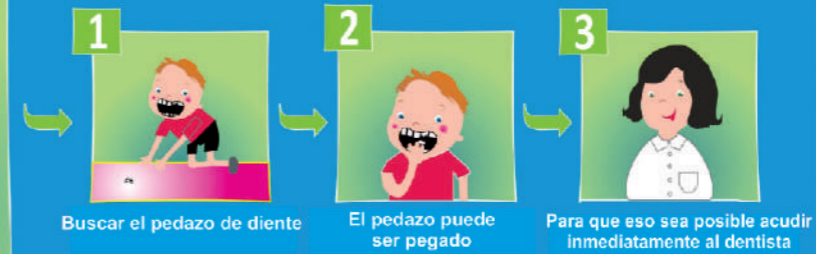
Nota: toda información es únicamente con fines educativos. Para asesoramiento específico, diagnóstico y tratamiento, consulte a un médico. Verifique estos consejos con el profesional antes de aplicarlos.

# Salva tu diente

Muchos de tus dientes definitivos pueden ser salvados si sabés cómo actuar después de un golpe en la boca



## qué hacer si se QUIEBRA



## qué hacer si se CAE POR UN GOLPE



# Convulsiones

Aunque las convulsiones pueden ser atemorizantes, suelen durar apenas algunos minutos, cesan por sí mismas y casi nunca son potencialmente mortales.

## Convulsiones febriles

Se trata de un tipo de convulsión asociada con la fiebre. Las convulsiones febriles se observan en niños pequeños y no suelen ser graves ni causar daños permanentes.



### Qué hacer:

Si usted no puede llevar al niño a un hospital de inmediato o si debe esperar a una ambulancia, comience este tratamiento:

1. Coloque al niño cuidadosamente en el piso o el suelo y retire todos los objetos cercanos.
2. Afloje la ropa que se encuentre alrededor de la cabeza o el cuello.
3. No trate de impedir que el niño tiemble, puesto que no parará las convulsiones de ese modo y puede aumentar el malestar del niño.
4. No ponga nada en la boca del niño. Las convulsiones no harán que el niño se trague su lengua, pero usted puede provocarle lesiones si intenta separarle los dientes a la fuerza.
5. Ponga al niño de costado. Si el niño vomita, manténgalo de costado y límpiele la boca con su dedo.
6. No le dé al niño nada de beber hasta que no esté plenamente consciente.
7. Llame al médico del niño.

### Diríjase a la sala de emergencias si el niño...

- sufre convulsiones que duren más de 5 minutos o le dan ataques repetidos
- tiene dificultad para respirar
- tiene una coloración azulada en los labios, la lengua o la cara
- permanece inconsciente o no responde durante algunos minutos después de las convulsiones
- se cae o se golpea la cabeza durante las convulsiones
- tiene una afección cardíaca conocida
- tiene apariencia muy enferma
- presenta algún síntoma que usted considera preocupante

### ¡Piense en la importancia de la prevención!

Si el niño tiene una enfermedad convulsiva conocida, asegúrese de que tome el medicamento anticonvulsivo todos los días según su prescripción.

Nota: Toda la información incluida tiene sólo una finalidad educativa. Un médico podrá darle consejos así como un diagnóstico y tratamiento específicos. Revise esta información con un médico antes de ponerla en práctica.

# Mordeduras de animales

Si desgarran la piel, las mordeduras y arañazos de animales pueden causar infecciones. Las mordeduras de animales (sobre todo si se trata de animales salvajes) pueden causar rabia, una enfermedad peligrosa y potencialmente mortal.

### Información importante

Los murciélagos, mapaches, zorrillos y zorros transmiten la mayoría de los casos de rabia.



### Qué hacer:

1. Lave el área afectada con agua y jabón, y aplique presión con una gasa estéril o un paño limpio si el niño está sangrando. (No aplique antisépticos ni otros productos sobre la herida.)
2. Cubra la piel desgarrada con una venda o gasa estéril.

### Diríjase a la sala de emergencias si...

- la mordedura perforó o desgarró la piel
- el niño fue mordido por un animal salvaje o de la calle o por cualquier animal al que no se le haya aplicado recientemente la vacuna antirrábica o se esté comportando en forma extraña
- el niño fue mordido en la cara, el cuello o la mano o cerca de una articulación
- la parte afectada por la mordedura o arañazo se está enrojeciendo, calentando, hinchando o está causando cada vez más dolor
- el niño no está al día con sus vacunas o no ha recibido una dosis reciente de la vacuna antitetánica

### Al solicitar tratamiento, tenga la siguiente información a mano:

- la clase de animal que mordió al niño
- la fecha de la última vacuna antirrábica que recibió el animal, si se tiene este dato
- cualquier comportamiento extraño reciente por parte del animal
- la ubicación del animal (la dirección, si se tiene este dato)
- si se trata de un animal salvaje o de la calle o si fue capturado por un servicio local de control de animales
- el historial de vacunación del niño

### ¡Piense en la importancia de la prevención!

Muchas mordeduras de animales pueden prevenirse. Vigile siempre a los niños pequeños que se encuentren cerca de animales, incluso de mascotas. Enseñe a los niños a tratar suavemente a las mascotas sin molestarlas nunca. De igual manera, enseñe a los niños a mantenerse alejados de animales salvajes o de la calle y a no tratar de alimentarlos nunca.

Nota: Toda la información incluida tiene sólo una finalidad educativa. Un médico podrá darle consejos así como un diagnóstico y tratamiento específicos. Revise esta información con un médico antes de ponerla en práctica.

# Caídas

Es muy común que los niños pequeños que están aprendiendo a caminar, correr y trepar se caigan. Aunque la mayoría de estas caídas producen sólo contusiones y moretones leves, algunas pueden causar graves lesiones que requieren atención médica inmediata.

## Qué hacer:

No mueva al niño y llame para pedir ayuda de emergencia (al 107) si el niño...

- puede haberse lesionado gravemente la cabeza, el cuello, la espalda, la cadera o los muslos
- está inconsciente o perdió el conocimiento por corto tiempo
- tiene dificultad para respirar
- no está respirando (inicie la reanimación cardiopulmonar)
- tiene convulsiones
- le sale un líquido transparente o sangre por la nariz, los oídos o la boca

Llame a un médico o busque atención médica si el niño...

- no deja de llorar
- está muy adormecido y es difícil despertarlo
- se irrita y es difícil tranquilizarlo
- vomita más de dos o tres veces
- se queja de dolor en el cuello o la espalda
- se queja de que el dolor es cada vez mayor
- no camina normalmente
- parece tener dificultades para enfocar la vista normalmente
- asume una conducta o tiene síntomas que son preocupantes para usted



Si usted cree que puede mover al niño de manera segura:

1. Abraze al niño y consuélolo hasta que deje de llorar.
2. Aplique una compresa fría o una bolsa de hielo sobre las contusiones o moretones.
3. Dele acetaminofeno para calmar el dolor.
4. Permita que el niño descansa, según sea necesario, durante algunas horas.
5. Esté muy pendiente del niño en las próximas 24 horas para detectar cualquier síntoma o conducta fuera de lo común.

## ¡Piense en la importancia de la prevención!

Nunca deje a los niños pequeños desatendidos sobre una cama u otro mueble. Tome medidas de seguridad contra las caídas y evite el uso de andadores. Sujete siempre a los niños con correas al colocarlos en sillas altas, mesas para cambiar pañales, carritos de compras y cochecitos. Al viajar en automóviles, siempre coloque a los niños bien sujetos en asientos de seguridad apropiados para su edad y asegúrese de que siempre usen sus cascos al andar en bicicleta o al patinar, o al jugar con patinetas o monopatinés.

Nota: Toda la información incluida tiene sólo una finalidad educativa. Un médico podrá darle consejos así como un diagnóstico y tratamiento específicos. Revise esta información con un médico antes de ponerla en práctica.

## REANIMACIÓN CARDIOPULMONAR

### DEFINICIÓN

La reanimación cardiopulmonar, comúnmente conocida como RCP, es el procedimiento de emergencia que se realiza para revertir el estado de una persona que sufrió un paro cardiorrespiratorio, evento en el cual el corazón deja de latir y la respiración cesa unos segundos después, produciendo que la sangre deje de circular y en consecuencia no haya suministro de oxígeno al cerebro, corazón y pulmones.



### RCP EN BEBÉS Y NIÑOS PEQUEÑOS

1. Coloque 2 dedos en el pecho del bebé entre las tetillas, en el centro del esternón y aplique presión hacia abajo, comprimiendo unos 5 cm de profundidad.
2. Aplique 30 compresiones de manera RÁPIDA (a un ritmo de 2 por segundo) y fuerte, sin pausa.
3. Cubra firmemente con su boca la boca y nariz del bebé.
4. Dé 2 ventilaciones por la boca de 1 segundo, haciendo que el pecho del bebé se eleve.
5. Dé 2 ventilaciones más. Compruebe que el pecho se eleve.
6. Continúe realizando la maniobra por 5 ciclos (2 minutos de RCP).
7. Si el niño aún no responde, repita la maniobra hasta que se recupere o llegue la ayuda.
8. Si comienza a respirar de nuevo por sí mismo, continúe verificando la respiración hasta que llegue la ayuda.

### ¿CUÁLES SON LAS CAUSAS?

Las principales causas del paro cardiorrespiratorio son:

- » Ataque cardíaco
- » Hipotermia profunda
- » Shock
- » Electrocución
- » Traumatismo en la cabeza
- » Hemorragias severas
- » Deshidratación



### ¿QUÉ HACER?

Si una persona se encuentra en esta situación, además de llamar inmediatamente al servicio de emergencias, realice las maniobras de reanimación cardiopulmonar (RCP).

### ¿CÓMO ESTÁ LA PERSONA?

Cuando alguien sufre un paro cardiorrespiratorio no respira, tiene la piel pálida o morada, especialmente en labios y uñas. También pierde el conocimiento y su pupila se dilata parcialmente. A los 2 o 3 minutos la dilatación es total y no hay reacción a la luz.

### RCP EN NIÑOS MAYORES, ADOLESCENTES Y ADULTOS

1. Coloque a la víctima sobre el suelo, extienda su cabeza hacia atrás y abraze la boca para liberar la vía aérea.
2. Localice el centro del esternón entre los senos, en el medio del pecho. Coloque el talón de una mano, luego la otra mano encima y entrelace los dedos.
3. Adopte una postura erguida para que los hombros permanezcan perpendiculares encima del esternón del accidentado y con las manos aplique presión suave, cargando el peso del cuerpo sobre los brazos rectos de manera que el esternón baje unos 5 cm.
4. Realice 30 compresiones, a un ritmo de 2 por segundo.
5. Luego tape la nariz de la persona con sus dedos y sopla suavemente sobre su boca 2 veces (ventilaciones) de 1 segundo cada una.
6. Repita la secuencia 5 veces hasta que la víctima recupere la consciencia o llegue el servicio de emergencias.



### ¡ATENCIÓN!

Las maniobras de RCP pueden salvar la vida de la persona afectada y evitar posibles lesiones.



MÁS INFORMACIÓN EN  
[WWW.MSAL.GOV.AR](http://WWW.MSAL.GOV.AR)

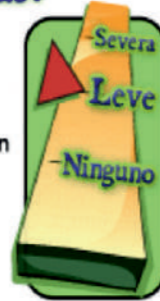
# Reacciones alérgicas

Las reacciones alérgicas pueden ser ocasionadas por alimentos, medicamentos, picaduras de insectos, polen u otras sustancias. Si bien la mayoría de las reacciones alérgicas no son serias, las reacciones severas pueden poner en riesgo la vida y es necesario que busque atención médica inmediata.

## Señales y síntomas:

### Reacción leve

- Picazón
- Enrojecimiento o hinchazón leve de la piel
- Congestión nasal, nariz que gotea
- Estornudos
- Picazón en los ojos, lagrimeo
- Protuberancias coloradas (urticaria) en cualquier parte del cuerpo



### Reacción severa

- Hinchazón de la cara o la boca
- Dificultad para tragar o hablar
- Jadeos o dificultad para respirar
- Dolor abdominal, náuseas o vómitos
- Mareos o desvanecimiento

## ¡Más vale prevenir!

Evite las sustancias que sabe que pueden ocasionarle una reacción alérgica al niño. Tenga siempre a mano un antihistamínico, como difenidramina. Si el niño presenta una alergia severa, asegúrese de tener siempre cerca del niño epinefrina inyectable recetada por el médico. También debe asegurarse de que tanto usted como otras personas que puedan estar a cargo, y hasta el niño mismo (si tiene edad suficiente), sepan cómo utilizarla.

Nota: toda la información es únicamente con fines educativos. Para asesoramiento específico, diagnóstico y tratamiento, consulte a un médico. Verifique estos consejos con el profesional antes de aplicarlos.

## Qué hacer:



1. Si su hijo presenta una reacción alérgica que no es leve o si esta reacción lo preocupa, comuníquese con un médico.
2. Si el niño presenta síntomas de una reacción leve, adminístrele un antihistamínico por boca, tal como difenidramina.
3. Si el niño presenta síntomas de una reacción alérgica severa y usted cuenta con epinefrina inyectable, adminístresela inmediatamente según las indicaciones y comuníquese con un número de emergencias para solicitar ayuda.

## Busque atención médica de emergencia si el niño:

- Presenta síntomas de una reacción alérgica severa.
- Estuvo expuesto a un alimento o una sustancia que originó una reacción severa en el pasado.
- Recibió epinefrina inyectable.

# Torceduras y esguinces

¿Cuál es la diferencia entre una torcedura y un esguince? Las torceduras implican el desgarro parcial de un músculo. Los esguinces implican el desgarro parcial de ligamentos (los tejidos que conectan dos o más huesos) o de tendones (los tejidos fibrosos que conectan un músculo a un hueso).

## Qué esperar:

- dolor
- dificultad para mover la parte lesionada
- disminución de la fuerza
- inflamación



## Qué hacer:

1. Interrumpa la actividad de inmediato.
2. Aplique las siguientes importantes medidas durante las primeras 48 horas después de la lesión:
  - Haga reposo: repose la parte lesionada hasta que sienta menos dolor.
  - Aplique hielo: envuelva una bolsa de hielo o una compresa fría en una toalla y colóquela sobre la lesión de inmediato. Siga aplicando el hielo o la compresa entre 6 y 8 veces al día durante 15 minutos cada vez.
  - Inmovilice: proteja el área lesionada sujetándola con una venda elástica de compresión durante al menos 2 días.
  - Mantenga el miembro elevado: eleve la parte lesionada por encima del nivel del corazón para disminuir la inflamación.
3. Dele ibuprofeno al niño para calmar el dolor y reducir la inflamación.
4. Después de 48 horas, coloque una almohadilla térmica o aplique calor húmedo entre 3 y 4 veces al día.



## Diríjase a la sala de emergencias si el niño...

- siente un dolor considerable al tocar o mover la parte lesionada
- tiene problemas para apoyarse después de una lesión
- tiene moretones que aumentan de tamaño
- siente entumecimiento o una sensación de "cosquilleo u hormigueo" en el área lesionada
- tiene algún miembro que luce "doblado" o deforme
- presenta signos de infección (calor, enrojecimiento, inflamación y dolor cada vez mayores)
- tiene una torcedura o esguince que no parece mejorar pasados entre 5 y 7 días

## ¡Piense en la importancia de la prevención!

Enseñe a los niños a realizar ejercicios apropiados de calentamiento y a estirarse antes de participar en cualquier actividad deportiva y asegúrese de que siempre usen el equipo adecuado de protección.

Nota: Toda la información incluida tiene sólo una finalidad educativa. Un médico podrá darle consejos así como un diagnóstico y tratamiento específicos. Revise esta información con un médico antes de ponerla en práctica.

## Fractura de huesos

No es raro que los niños sufran fracturas de huesos, sobre todo después de una caída. Un hueso fracturado requiere atención médica de emergencia.

El niño puede tener un hueso fracturado si:



- usted o el niño escuchan un "crujido" o un chirrido al ocurrir la lesión
- se observa la aparición de inflamación, moretones, sensibilidad al tacto o sensación de "cosquilleo u hormigueo"
- el niño siente dolor al apoyar el área lesionada o al moverla



### Qué hacer:

1. Quite la ropa de la parte lesionada.
2. Aplique una compresa fría o una bolsa de hielo envuelta en un paño.
3. Entablille la parte lesionada de la siguiente manera:
  - mantenga la extremidad lesionada en la posición en la cual la encontró
  - coloque una almohadilla suave alrededor de la parte lesionada
  - coloque algo firme (como una tabla o periódicos enrollados) junto a la parte lesionada, asegurándose de que sea lo suficientemente largo como para que abarque las articulaciones por encima y debajo de la lesión
  - mantenga el entablillado en su sitio usando una cinta de primeros auxilios
4. Busque atención médica y no permita que el niño coma nada, en caso de que sea necesaria realizar una cirugía.

### No mueva al niño y llame pidiendo atención médica de emergencia si:

- es posible que el niño se haya lesionado gravemente la cabeza, el cuello, o la espalda
- un hueso fracturado sobresale a través de la piel (aplique presión constante con una gasa limpia o un paño grueso y mantenga al niño acostado hasta que llegue la ambulancia; no lave la herida ni empuje hacia dentro ninguna parte del hueso que esté sobresaliendo)

### ¡Piense en la importancia de la prevención!

Prevenga lesiones tomando diferentes medidas según la edad del niño: cancelas de seguridad en las puertas de dormitorios y en la parte superior e inferior de las escaleras para niños pequeños; asegúrese de que los niños que practican deportes siempre lleven puestos sus cascos y equipo de seguridad; en vehículos, use sillas porta-bebés o cinturones de seguridad en niños de todas las edades. (según corresponda)

Nota: Toda la información incluida tiene sólo una finalidad educativa. Un médico podrá darle consejos así como un diagnóstico y tratamiento específicos. Revise esta información con un médico antes de ponerla en práctica.

## Insolación y golpe de calor



### Signos y síntomas:

#### Golpe de calor:

- sed intensa
- debilidad muscular
- náuseas, en ocasiones vómitos
- respiración rápida y superficial
- irritabilidad
- dolor de cabeza
- aumento en la sudoración
- piel fría y húmeda
- aumento de la temperatura corporal hasta 104 grados Fahrenheit (40 grados centígrados)

#### Insolación:

- dolor de cabeza intenso y punzante
- debilidad, mareos o confusión
- dificultad para respirar
- menor capacidad de respuesta o pérdida del conocimiento
- sudoración escasa o nula
- piel seca, caliente y enrojecida
- aumento de la temperatura corporal a 104 grados Fahrenheit (40 grados centígrados) o más

### ¡Piense en la importancia de la prevención!

Enseñe a los niños a beber siempre mucho líquido antes y durante cualquier actividad en días soleados y calurosos, incluso si no tienen sed. Asegúrese de que los niños usen ropa holgada de color claro y de que únicamente participen en actividades de gran actividad física al aire libre antes del mediodía o después de las 6 de la tarde. Instruya a los niños para que regresen a la casa inmediatamente cuando se sientan demasiado acalorados.

Nota: Toda la información incluida tiene sólo una finalidad educativa. Un médico podrá darle consejos así como un diagnóstico y tratamiento específicos. Revise esta información con un médico antes de ponerla

En días calurosos y húmedos, la temperatura interna del cuerpo puede aumentar provocando golpes de calor e insolación. Si no recibe un tratamiento inmediato, este golpe de calor puede agravarse convirtiéndose en una insolación que requiere atención médica inmediata de emergencia, y puede ser mortal.



### Qué hacer:

Si el niño tiene una temperatura de 104 grados Fahrenheit (40 grados centígrados) o más o muestra cualquier síntoma de insolación, busque inmediatamente atención médica de emergencia. En casos de golpe de calor y mientras se espera la llegada de la ayuda para un niño con una posible insolación:

1. Lleve inmediatamente al niño a un lugar bajo techo o a la sombra.
2. Desvista al niño.
3. Acueste al niño, colocándole los pies en una posición ligeramente elevada.
4. Si el niño está consciente, dele un baño con agua a temperatura normal (no fría) en la bañera, o lávelo con una esponja húmeda. Si está al aire libre, bañe al niño rociándolo con una manguera de jardín.
5. Si el niño está consciente, hágale beber sorbos frecuentes de líquidos transparentes y frescos (los jugos transparentes de fruta o las bebidas deportivas son la mejor opción en este caso).
6. Si el niño vomita, ponga su cuerpo de costado para impedir que aspire el vómito.
7. Supervise la temperatura del niño.

## Hemorragias nasales

Aunque pueden causarnos temor, las hemorragias nasales son comunes en niños entre 3 y 10 años de edad y no suelen ser graves. En efecto, la mayoría de las hemorragias nasales se detienen solas y pueden ser tratadas en casa de manera segura.



## Qué hacer:

1. Pídale al niño que se siente con la cabeza inclinada ligeramente hacia delante. No haga que el niño se recline (esto podría provocar arcadas, tos, o vómitos).
2. Oprima la parte blanda de la nariz (justo debajo de la parte ósea) durante al menos 10 minutos.

Llame a un médico si el niño...

- sufre hemorragias nasales frecuentes
- pudo haber introducido algo en su nariz
- tiende a tener moretones con facilidad o sangra abundantemente por heridas pequeñas
- comenzó a tomar un nuevo medicamento hace poco

Diríjase a la sala de emergencias o llame al médico del niño si la hemorragia...

- es intensa o está acompañada de mareos o debilidad
- continúa después de dos intentos de controlarla ejerciendo presión en la nariz durante 10 minutos cada vez
- es consecuencia de un golpe en la cabeza o una caída

## ¡Piense en la importancia de la prevención!

La mayoría de las hemorragias nasales infantiles son causadas por la sequedad y la manipulación de la nariz. Para ayudar a combatir la sequedad, use un vaporizador o gotas nasales salinas (agua salada) (o ponga vaselina en los bordes internos de los orificios nasales del niño) y use un humidificador en la habitación del niño. Para ayudar a evitar que el niño se haga daño al hurgarse la nariz, manténgale las uñas bien cortas.

Nota: Toda la información incluida tiene sólo una finalidad educativa. Un médico podrá darle consejos así como un diagnóstico y tratamiento específicos. Revise esta información con un médico antes de ponerla en práctica.

¿Sabía usted que...?



Si la cama de un niño está cerca de una estufa, sobre todo en el invierno, las membranas dentro de la nariz pueden secarse y producirle picazón, induciendo al niño a hurgarse la nariz, con lo que se irritarán aún más los tejidos nasales.

## QUEMADURAS

Las quemaduras causadas por incendios u otras fuentes de calor comprenden desde quemaduras leves hasta quemaduras potencialmente mortales. Algunas quemaduras pueden ser tratadas en casa; otras necesitan atención médica de emergencia.

Tipos de quemaduras



- Las quemaduras de primer grado, causadas normalmente por el breve contacto con una fuente de calor, pueden provocar enrojecimiento, dolor e inflamación.
- Las quemaduras de segundo grado son más graves y generalmente provocan ampollas y un enrojecimiento más intenso.
- Las quemaduras de tercer grado son las más profundas y es posible que no provoquen dolor debido a la lesión de las terminaciones nerviosas.



## Qué hacer:

Si usted no puede llevar al niño a un hospital de inmediato o si debe esperar a una ambulancia, comience este tratamiento:

1. Quite la ropa del área quemada, excepto la que haya quedado pegada a la piel.
2. Aplique agua a temperatura normal (no fría) sobre la quemadura hasta que disminuya el dolor.
3. Aplique suavemente un vendaje de gasa si se trata de una quemadura pequeña de primer grado.

Diríjase a la sala de emergencias si...

- se trata de una quemadura de segundo o tercer grado
- el área quemada es extensa (cubra el área con una toalla o un paño limpio y suave)
- la quemadura fue causada por un incendio, un enchufe o cable eléctrico, o productos químicos
- la quemadura afectó la cara, el cuero cabelludo, las manos o los genitales
- la quemadura parece infectada (presentando inflamación, pus o un enrojecimiento cada vez mayor o líneas rojas en la piel cerca de la herida)

## ¡Piense en la importancia de la prevención!

Usted puede ayudar a evitar las quemaduras teniendo cuidado al usar velas, estufas y pinzas para rizar el cabello y prohibiéndole a los niños pequeños que jueguen en la cocina mientras alguien está cocinando.

Nota: Toda la información incluida tiene sólo una finalidad educativa. Un médico podrá darle consejos así como un diagnóstico y tratamiento específicos. Revise esta información con un médico antes de ponerla en práctica.