



Seguridad para bebés y niños en caso de quemaduras



— **NewYork-Presbyterian**
— **Weill Cornell Medical Center**



Todos los años, miles de bebés y niños se queman en situaciones de peligro en sus casas y lugares de juego. Las quemaduras pueden ocurrir por líquidos calientes, fuego, objetos calientes, sustancias químicas, electricidad y radiación (como el sol). Siga estos consejos de seguridad para prevenir una lesión por quemaduras:

Seguridad para evitar quemaduras con líquidos calientes

Las escaldaduras provocadas por líquidos calientes o vapor son las quemaduras más comunes en los niños. Muchas de ellas son debidas a alimentos y bebidas calientes y al agua del baño. Estas son algunas maneras de prevenir las escaldaduras:

- Nunca bañe a un niño en el lavabo o bajo agua corriente que se pueda calentar muy rápidamente.
- Antes de colocar a un niño en la bañera, revise la temperatura del agua con un termómetro para asegurar que esté a menos de 100°F.
- Siempre supervise al niño durante el baño.
- Bañe a los niños de espaldas a las llaves de agua para impedir que las toquen.
- Mantenga los alimentos, las bebidas y los líquidos calientes fuera del alcance de los bebés y los niños.
- Coloque únicamente bebidas frías en los espacios para vasos de los cochecitos y los carritos de compras.

Los niños y las quemaduras:

- La mayoría de las quemaduras en niños ocurren en el hogar.
- Las escaldaduras (quemaduras con líquidos calientes) son la causa más común de quemaduras en los niños menores de 5 años.
- El fuego es la causa más común de quemaduras en niños de 5 a 16 años de edad.
- Los niños tienen una piel más delgada que los adultos y tienen más probabilidades de quemarse.
- La mayoría de las quemaduras se pueden prevenir.



- Revise mensualmente las baterías de las alarmas de humo y los detectores de CO y cámbielas al menos dos veces al año, o cuando los dispositivos emitan sonidos.
- No desconecte ni retire las baterías funcionantes de las alarmas de humo o los detectores de monóxido de carbono.
- Prepare y practique un plan de escape para casos de incendio para usted y su familia.
- Tenga 2 vías de salida de su casa para casos de incendio u otra emergencia.
- Marque un punto de encuentro familiar afuera de su casa.
- Llame inmediatamente al 911 si hay un incendio u otra emergencia.

Seguridad para evitar quemaduras por contacto

Las quemaduras por contacto ocurren al tocar objetos calientes, como artefactos electrodomésticos y calefactores, y son la segunda causa más común de quemaduras en los niños pequeños. Para prevenir estas quemaduras, tome estas medidas sencillas:

- Al usar un electrodoméstico (como una plancha, una tostadora o un rizador), mantenga el cable fuera del alcance, incluso mientras se enfría o no se utiliza.
- Cubra todos los radiadores y las cañerías de calefacción.
- Coloque las camas y las cunas alejadas de los radiadores, las cañerías de calefacción y los calefactores ambientales.
- Nunca coloque un bebé en una cama de adulto de la que pueda rodar y caer al piso o sobre un radiador.
- Siempre use calzado para jugar en espacios abiertos, parques, playas o espacios de juegos.

Seguridad para evitar quemaduras químicas

Las sustancias químicas (como los limpiadores domésticos) pueden causar quemaduras graves en la piel, los ojos y los pulmones. También pueden provocar intoxicación si se los traga. Tomar estas medidas los mantendrá seguros a usted y su familia:

- Mantenga las sustancias químicas fuera del alcance de los niños.
- Use sustancias químicas en áreas con buena ventilación y alejado de fósforos, encendedores, hornos, llamas piloto y velas.
- Coloque el número telefónico del centro local para el control de intoxicaciones en el teléfono o el refrigerador: 1-800-222-1222.

Seguridad para evitar quemaduras eléctricas

La electricidad nos rodea todo el tiempo y nos ayuda en casi todo lo que hacemos. Cuando se usa de modo inadecuado, puede conducir a lesiones graves por quemaduras. Estos son algunos consejos para usar la electricidad en forma segura:

- Use un enchufe múltiple para enchufar varios dispositivos en una sola salida.
- Antes de usarlos, revise los aparatos electrónicos o eléctricos y no los use si el cable está roto, deshilachado o tiene cables expuestos.
- Coloque tapas en los enchufes eléctricos que no se utilizan.
- Enséñele a su hijo a no tocar ni morder un cable eléctrico o un enchufe.
- Evite usar la electricidad en el agua o cerca de ella.



- Prepare una zona de seguridad de 3 pies (aproximadamente 1 metro) “solo para adultos” alrededor de la cocina, el horno, la parrilla y el horno de microondas.
- Nunca cocine, sirva, coma o beba alimentos o líquidos calientes mientras sostenga a un niño.
- Evite el uso de manteles e individuales que los niños pequeños puedan tironear con facilidad.
- Gire los mangos de las sartenes y las ollas hacia adentro de la cocina y, de ser posible, cocine en las hornillas traseras.
- Caliente las mamaderas para bebés colocándolas en una taza de agua tibia en lugar de usar el horno de microondas.

Seguridad en caso de incendio

Los incendios pueden causar daños severos a usted, su familia y su propiedad en cuestión de segundos. Siga estos consejos de seguridad para incendios para mantenerse seguro:

- Guarde siempre los fósforos y los encendedores fuera del alcance de los niños.
- Mantenga a los niños alejados de cocinas, hornos, velas y parrillas en todo momento.
- Cuando use un calefactor ambiental, mantenga un área de 3 pies (aproximadamente 1 metro) libre de muebles, mantas y otros objetos.
- Instale alarmas de humo y detectores de monóxido de carbono (CO) cerca de la cocina, en cada nivel de su casa y afuera de todos los dormitorios.



Seguridad solar

Pasar algún tiempo al aire libre puede ser divertido, pero demasiado sol puede causar quemaduras graves. Use estos consejos para cuidarse del sol en todas las estaciones:

- Consulte al médico antes de ponerle pantalla solar a un bebé menor de 6 meses o niños con piel sensible.
- Prefiera una pantalla solar que proteja de los rayos ultravioleta A (UVA) y B (UVB), sea resistente al agua y tenga un SPF (factor de protección solar) de 15 o más.
- Aplique siempre la pantalla solar sobre la piel al menos 30 minutos antes de salir al aire libre. Vuelva a aplicarla cada 1-2 horas y después de nadar, sudar o hacer ejercicios, aún en días nublados.
- Cuando esté al aire libre, use anteojos para el sol (con protección UV), un sombrero y, de ser posible, camisas de manga larga y pantalones.
- Manténgase alejado del sol entre las 10 am y las 4 pm, horario en que el sol es más fuerte.



El Centro de Quemados **William Randolph Hearst Burn Center** del NewYork-Presbyterian/Weill Cornell Medical Center es uno de los centros de quemados más importantes y concurridos del país. Tratamos a casi 5.000 pacientes (un tercio de los cuales son niños) por año.

Al brindar todas las fases de tratamiento (desde respuesta ante emergencias hasta rehabilitación) a los pacientes que sufrieron una lesión por quemaduras y a sus familias, el Centro de Quemados cuenta con la experiencia, los recursos y la continuidad de la atención necesarios para obtener los mejores resultados.

Para programar una cita con un médico o si desea obtener más información sobre prevención de quemaduras, llame al Centro de Quemados Hearst Burn Center del NewYork-Presbyterian/Weill Cornell Medical Center:

Oficina principal/Citas: (212) 746 – 5410

Difusión/Educación sobre quemaduras: (212) 746 – 5417

Centro de quemados William Randolph Hearst Burn Center del NewYork-Presbyterian Hospital

525 East 68th Street, L706, New York, NY 10065

<http://nyp.org/services/burn-center.html>

Si usted o algún miembro de su familia se quema, llame al 911 y solicite atención médica de inmediato.

Esta información es breve y general. No debe ser su única fuente de información sobre este problema de salud. No debe utilizarse para fines de diagnóstico o tratamiento. No reemplaza las instrucciones de su médico. Consulte a sus proveedores de atención médica antes de tomar una decisión relacionada con la atención médica.

NewYork-Presbyterian
Weill Cornell Medical Center



MIXTO
Papel procedente de
fuentes responsables
FSC® C005812

De acuerdo con el compromiso del NewYork-Presbyterian con la sustentabilidad, esta publicación se imprime en un papel certificado por el FSC que incluye un mínimo de 10% de fibra reciclada. La marca registrada FSC identifica los productos fabricados con fibra de bosques bien controlados y certificados por Smartwood de conformidad con las normas del Consejo de Administración Forestal.

© NewYork-Presbyterian Hospital, 2010.