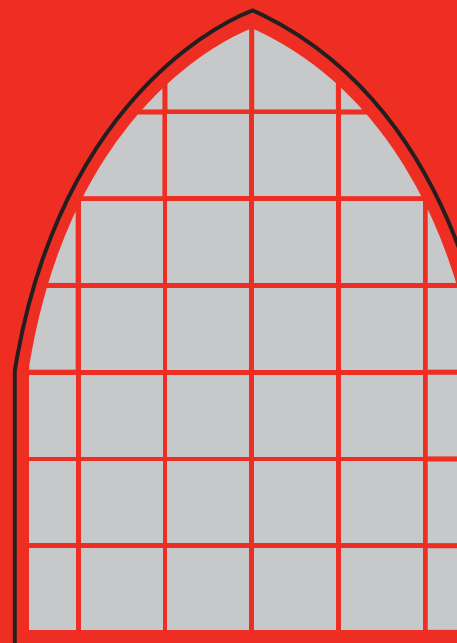


NewYork-Presbyterian Hospital
William Randolph Hearst Burn Center
Guía del Paciente y la Familia



└ NewYork-Presbyterian
└ Weill Cornell Medical Center

ÍNDICE

Introducción

Bienvenido al Centro de Quemados	3
--	---

Lesiones por quemaduras

¿Qué es una quemadura?	4
¿Qué tan grave es mi quemadura?	4

Cuidar de usted

El equipo para quemaduras	5
Rondas del equipo	8
Números de teléfono importantes del Centro de Quemados	9
Otros servicios y departamentos	9
Servicios pastorales/Capellanía	9
Administración de Servicios al Paciente	9
Servicios de intérprete	9

Para su seguridad y comodidad

Prevención de infecciones en el Centro de Quemados	10
Seguridad	10
Visitas	11
Visitas de niños	11
Sala familiar	11

Cuidado de la lesión por quemadura

Medicamentos y vendajes (apósitos)	12
Atención de heridas por quemadura	13
Toma de fotografías de sus heridas	14
Duchas tempranas	14
Cicatrización de heridas por quemadura	14
Cuidado de heridas: Lo que puede sentir	15
El dolor y la ansiedad	15
Uso de medicamentos para tratar el dolor y la ansiedad	15
Más allá de la medicina: otras maneras de tratar el dolor y la ansiedad	16
Picazón	16
Sensación de frío	16

Si necesita cirugía

Preparación para la cirugía	17
El quirófano y la recuperación	17

ÍNDICE

Cómo hacer frente a la hospitalización

Cómo puede afectarnos el estrés	19
Ayudarse a uno mismo.....	19
Otras formas de aliviar el estrés	21
Satisfacer las necesidades de los niños cuando un cuidador sufre una quemadura	22

Salida del Centro de Quemados

Planificación de una visita al consultorio médico.....	24
Atención de heridas y tratamiento del dolor	24
Lista de verificación del alta	25
Llamadas telefónicas del alta.....	25

Cuidado de la cicatrización de una lesión por quemadura después de abandonar el hospital

Uso de cremas humectantes	26
Elección de ropa cómoda.....	26
Protección ante la exposición al sol	26
Sensibilidad	26
Color de la piel.....	26
Tratamiento de cicatrices.....	26
Fisioterapia y terapia ocupacional (PT/OT).....	27
Prendas de compresión	28

Superación después del alta

Regreso con la familia, amigos, a la escuela, al trabajo y a sus actividades favoritas	29
Cómo manejar las preguntas o las miradas de otras personas	29
Evitar recordatorios de la lesión.....	30
Seguridad personal y en el hogar.....	30
Comprender y permitir el proceso de duelo de los niños.....	30
Cómo afectan a la sexualidad y la intimidad las lesiones por quemaduras	30
Sexo e intimidad.....	31
Cambios en la piel y las articulaciones en proceso de curación	31
Medicamentos y sexo	31
Aprovechar al máximo su energía	31
Fertilidad, embarazo y lactancia	31
Sentirse bien sobre uno mismo: autoconfianza y autoestima	32
Citas	32
Apoyo del equipo para quemaduras	32

Lista de recursos

Recursos del centro médico NewYork-Presbyterian/Weill Cornell Medical Center	33
Organizaciones de apoyo y recuperación externas	33
Productos para el tratamiento de cicatrices.....	34

Apéndices

Glosario.....	35
---------------	----

INTRODUCCIÓN

Bienvenido al Centro de Quemados

Bienvenido al **Centro de Quemados William Randolph Hearst Burn Center del centro médico NewYork-Presbyterian/Weill Cornell Medical Center.**

Como uno de los centros de quemados más grande del país, atendemos a miles de adultos y niños con lesiones por quemaduras o enfermedades que producen importantes pérdidas de piel. Nuestro equipo trabaja conjuntamente para ayudarlo a recuperarse lo más rápido posible durante todas las fases del tratamiento, desde la atención de emergencia hasta la rehabilitación a largo plazo.

Esta guía fue creada para ayudar a reducir algunas de sus inquietudes y responder preguntas frecuentes sobre su cuidado. Esperamos que esta guía pueda ayudarlo a obtener más información sobre sus lesiones por quemadura y la atención que brindamos. Dedique tiempo a leer esta guía, junto con la *Guía para pacientes y visitantes: durante su estadía, del NewYork-Presbyterian Hospital* que incluye información importante sobre el hospital. Si no recibió una copia del libro rojo de espiral, con gusto le proporcionaremos una.

Nuestro equipo de médicos, enfermeros, terapeutas, trabajadores sociales, etc. del Centro de Quemados se juntan para brindar el mejor servicio para el cuidado de heridas, cirugía, rehabilitación, nutrición y apoyo emocional a nuestros pacientes y sus familiares. Sabemos que la recuperación física y emocional puede continuar por mucho tiempo después de que la piel haya sanado. Por eso, nuestro objetivo es ayudarlo a usted y a su familia en cada paso del tratamiento y la recuperación.

Recuperarse de una lesión por quemadura puede llevar tiempo y por eso estamos aquí para guiarlo a lo largo de este proceso, las 24 horas del día, los 7 días de la semana. Consulte a cualquier miembro del equipo del Centro de Quemados si tiene preguntas o necesita que lo ayudemos de alguna manera. Puede comunicarse con nosotros en cualquier momento si llama al (212) 746 - 0328 y solicita hablar con el enfermero a cargo.

Atentamente.

*El equipo del Centro de Quemados del
NewYork-Presbyterian Hospital*



LESIONES POR QUEMADURAS

Esta sección incluye lo siguiente:

- Qué es una quemadura
- Profundidad y tamaño de la quemadura

¿Qué es una quemadura?

Una quemadura es una lesión en la piel y el cuerpo causada por calor, frío, sustancias químicas, radiación o electricidad. Las causas de quemaduras incluyen líquidos u objetos calientes (como radiadores o planchas), fuego, sustancias químicas y cables eléctricos. Las quemaduras pueden ser menores o muy graves, según la parte y la extensión del cuerpo afectada. Las quemaduras pueden afectar nuestros movimientos, apariencia y cómo nos sentimos.

¿Qué tan grave es mi quemadura?

Las quemaduras se evalúan según el tamaño y la profundidad. El equipo para quemaduras determina el tamaño de la quemadura por el porcentaje de la superficie corporal total (Total Body Surface Area, TBSA) que ha sido afectada. La profundidad de la quemadura se calcula según la cantidad de capas de piel afectadas (*Figura 1*). El equipo para quemaduras determina la profundidad de la quemadura al analizar o “evaluar” la quemadura. La profundidad de las quemaduras se clasifica de la siguiente manera.

Quemaduras de primer grado: la capa más superficial de la piel (epidermis) se ve roja o rosada y es levemente dolorosa (como la quemadura solar). Puede haber un poco de inflamación, pero no hay cortes ni se forman ampollas en la piel.

Quemaduras de segundo grado: se lesiona la segunda capa de la piel (dermis), lo que provoca formación de ampollas, dolor e inflamación. Las ampollas se pueden romper, por lo que la piel se verá roja o rosada, húmeda y muy dolorosa y sensible. Estas quemaduras tienen riesgo de infección y de dejar cicatrices.

Quemaduras de tercer grado: se destruyen todas las capas de la piel, la cual se puede volver seca y blanca; produce insensibilidad. Estas quemaduras tienen un alto riesgo de infección y de dejar cicatrices.

Nota: Una única lesión por quemadura puede incluir áreas de quemadura de primer, segundo y tercer grado. Con el paso del tiempo, las lesiones por quemaduras cambian (“evolucionan”) en tamaño y profundidad a medida que el cuerpo se adapta a la herida e intenta curarse. Durante su atención, los médicos y enfermeros controlarán si la quemadura cicatriza y cómo lo hace. Es posible que escuche hablar de cambios en el tamaño o la profundidad de la quemadura. Estos cambios pueden ser normales. Revisar el tamaño y la profundidad de su quemadura suele ayudar al equipo a decidir cuál será el mejor tratamiento.

Quemaduras según la profundidad

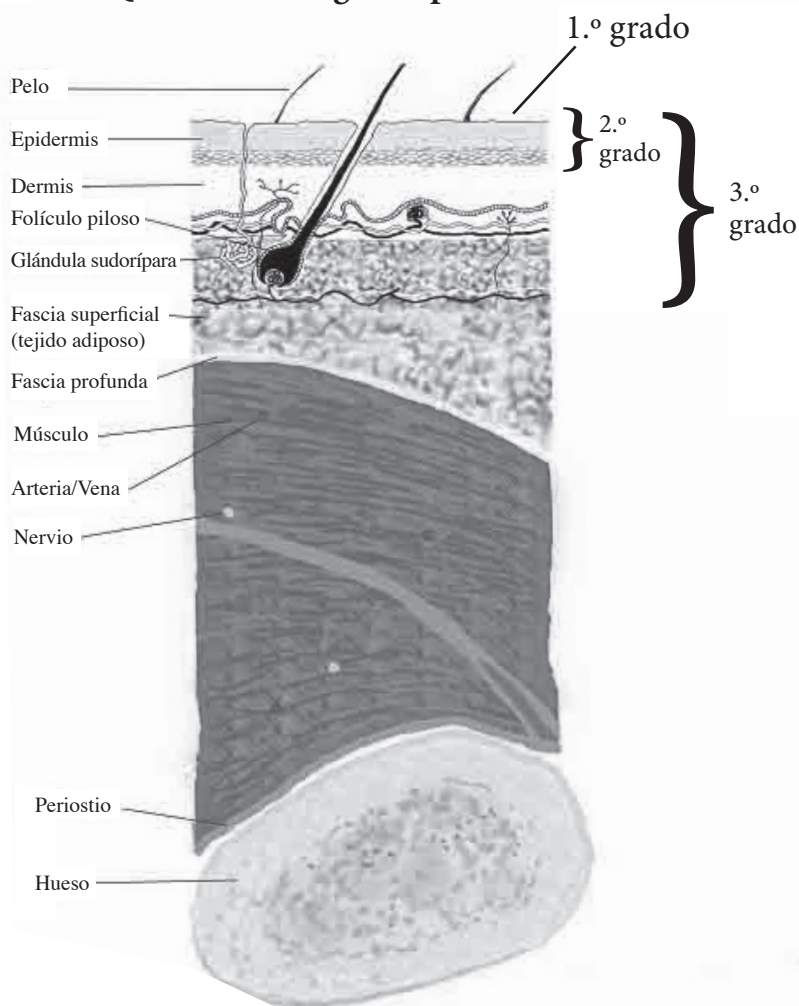


Figura 1: Capas, estructuras y lesiones de la piel por profundidad

Esta sección incluye lo siguiente:

- *Quiénes son los miembros del equipo para la atención de quemaduras*
- *Cómo contactarse con el equipo para la atención de quemaduras*
- *Cómo contactarse con otros departamentos del Hospital*

CUIDAR DE USTED

El equipo para quemaduras incluye a más de 100 miembros del personal que trabajan juntos para ayudarlo a usted y a su familia a recuperarse. **Entre los miembros se incluyen los siguientes:**

Usted y su familia

Usted y su familia constituyen la parte más importante del equipo para quemaduras. No dude en hablar con cualquier miembro del personal en cualquier momento si tiene alguna pregunta o inquietud, o necesita más información sobre su cuidado.

Médicos

Durante su estadía en el Centro de Quemados, muchos médicos ayudarán a cuidarlo. El médico de quemaduras tratante es el médico a cargo de su atención médica. Revisará e indicará su atención diaria y su progreso y controlará cómo va sanando la quemadura. Si necesita cirugía, él dirigirá y llevará a cabo la operación. Estos médicos lo tratarán durante toda su estadía y también en las visitas al consultorio. El médico tratante también supervisa a los residentes y a otros médicos que trabajan para completar su capacitación clínica. Durante su estadía en el Centro de Quemados, estos médicos reciben capacitación especializada en atención de quemaduras. Ellos trabajan con todos los demás miembros del equipo para quemaduras para llevar a cabo su plan de atención, tratar su quemadura, responder ante las emergencias y tratar sus dudas.

Todos los días, se publicará el nombre de los médicos que lo atienden en la pizarra de su habitación. Si bien el médico de guardia puede cambiar con frecuencia, siempre hay un médico del Centro de Quemados disponible en caso de que tenga preguntas o una emergencia. Cuando esté alistándose para el alta, le darán el nombre y el número de teléfono del médico tratante que verá en el consultorio para pacientes ambulatorios. Además, se le dará una cita para un seguimiento.

Personal de enfermería

El equipo de enfermería incluye casi 100 enfermeros matriculados (Registered Nurses, RN), especialistas superiores en enfermería, técnicos de asistencia al paciente (Patient Care Technicians, PCT) y empleados de la unidad que trabajan en estrecha colaboración para satisfacer todas sus necesidades. El equipo de enfermería es supervisado por el director de atención al paciente. Todos los días, un enfermero del turno de día (de 7.30 a. m. a 8.00 p. m.) y un enfermero del turno de noche (de 7.30 p. m. a 8.00 a. m.) lo atenderán. En cada turno, los nombres de los miembros del personal serán actualizados y publicados en la pizarra de su habitación. Cada vez que comience el turno de un nuevo enfermero, el personal entrante se reunirá con el enfermero saliente para obtener toda la información necesaria sobre su atención.

Si necesita asistencia adicional, el enfermero a cargo del Centro de Quemados, que supervisa la atención de enfermería para todos los pacientes del Centro de Quemados, está disponible las 24 horas del día, los 7 días de la semana. Se reunirá con usted tan pronto como sea necesario. El director de atención al paciente (durante el día) y el supervisor de enfermería (durante la noche, los fines de semana y los feriados) también están disponibles para tratar cualquier tema clínico o administrativo en caso de ser necesario. Informe a su enfermero de cabecera si necesita hablar con el enfermero a cargo, el director de atención al paciente o el supervisor de enfermería en cualquier momento.

Médicos asistentes

Los médicos asistentes (Physician Assistants, PA) y los asistentes de cirugía (Surgeon Assistants, SA) son supervisados por el cirujano de quemaduras tratante y ayudan a evaluarlo, diagnosticarlo y tratarlo. Lo verán en la unidad, en el quirófano y en los consultorios. Ellos pueden indicar medicación y exámenes, y enseñarle a usted y a su familia acerca del cuidado de las heridas por quemaduras y otros temas de salud.

Trabajadores sociales

Nuestro equipo sabe que las quemaduras pueden ser traumáticas y emocionalmente difíciles para usted y su familia. Para ayudarlo a lidiar con esta lesión, un trabajador social clínico matriculado se reunirá con usted y su familia al momento de su admisión. Además, lo tratará durante su hospitalización. El trabajador social clínico trabaja con los demás miembros del equipo para quemaduras para asegurarse de que usted y su familia obtengan la mejor atención médica y psicológica.

Tan pronto como sea posible, luego de su ingreso, el trabajador social completará una revisión psicológica con usted. Lo ayudará a identificar sus destrezas para lidiar con la situación y sus apoyos sociales. El trabajador social ofrecerá intervención ante crisis, asesoramiento y apoyo emocional durante este difícil momento.

Para ayudarlos a usted o a su familia a prepararse para la recuperación, su trabajador social puede conectarlos con servicios comunitarios. Si necesita atención de enfermería o rehabilitación para pacientes internados o servicios domiciliarios al salir del Centro de Quemados, su trabajador social los ayudará a usted y a su familia a realizar este proceso. Hará una remisión a una agencia de atención médica domiciliaria o a un centro de atención de enfermería y rehabilitación. Estos servicios y el apoyo pueden ayudarlo a recuperarse de su lesión por quemadura.

Nuestros trabajadores sociales también están disponibles para ayudarlo con los problemas relacionados con la lesión por quemadura y durante sus visitas de seguimiento para pacientes ambulatorios. También pueden ayudarlos a usted y a su familia a acceder a varios programas de apoyo del Hospital (detallados en la página 33), incluidos los siguientes:

- El programa Sobrevivientes que ofrecen asistencia para la recuperación (Survivors Offering Assistance in Recovery, SOAR) que ofrece el apoyo de pares a pacientes o familiares.
- El programa mensual de grupo de apoyo para sobrevivientes de quemaduras del Centro de Quemados.

Fisioterapeutas y terapeutas ocupacionales (PT y OT)

Al principio de su internación, lo verá un fisioterapeuta (physical therapist, PT) o un terapeuta ocupacional (occupational therapist, OT). El PT u OT verificarán de qué manera el/la(s) área(s) afectada(s) se puede(n) mover de forma segura, utilizar y posicionar para ayudarlo a recuperarse lo más rápido posible.

Los terapeutas pueden verlo antes, durante y después de la atención de sus heridas. Pueden tratarlo en cualquiera de las siguientes áreas:

- Gimnasio de rehabilitación (*Figura 2*)
- Sala de hidroterapia
- Habitación
- Quirófano (Operating Room, OR)

Varios factores, como la forma en que se siente, el tamaño y el área de su quemadura y qué tan efectivamente esta se está sanando ayudarán al equipo de PT/OT a planificar su terapia. Con el tiempo, y a medida que su quemadura vaya sanando, la atención y las metas pueden cambiar. El personal de PT/OT analizará su plan de atención con usted y le enseñará cuál es la mejor manera, y la más segura, de mover y utilizar la(s) parte(s) lesionada(s). También pueden sugerir tratamientos específicos que puede hacer usted mismo durante y después de su estadía en el hospital. En caso de ser necesario, su PT u OT le darán una férula o un yeso para ayudarlo a prevenir la formación de una cicatriz o para mantener la piel que se está sanando en su lugar si se le realiza una cirugía (*Figura 3*).

Durante su estadía, le sugerimos que un miembro de la familia asista a las sesiones de su PT/OT para aprender cuál es la mejor forma de ayudarlo en esta etapa de su recuperación. Para mantenerlo lo más cómodo posible, los terapeutas trabajarán estrechamente con sus médicos y enfermeros para asegurarse de que usted recibe sus medicamentos para el dolor y la ansiedad antes de cada sesión de terapia, en caso de ser necesario.



Figura 2: Ejemplos de equipos utilizados para la rehabilitación de quemaduras



Figura 3: Ejemplo de una férula utilizada en terapia de rehabilitación

Psicólogos

Los psicólogos están a su disposición para ayudarlo con el proceso de recuperación emocional que ocurre después una lesión por quemadura. Ellos pueden ayudar a los pacientes y a sus familias a lidiar con el estrés de una lesión por quemadura y de una hospitalización. Avise al personal a su cargo si se siente abrumado, ansioso, asustado, desprotegido o molesto, o si está experimentando algún síntoma que le moleste. Estos pueden incluir pesadillas, ansiedad o sobresaltos. El equipo para el cuidado de quemaduras puede arreglarle una cita con los psicólogos.

Especialista en puericultura

Los especialistas en puericultura ayudan a los pacientes jóvenes y a sus familiares a lidiar con el estrés que implica estar en el hospital. En el Centro de Quemados, el especialista en puericultura dirige la sala de juegos Firefighter Jeff Giordano Children's Playroom. El especialista está disponible para ayudar a su hijo si está nervioso o asustado debido a su lesión. Hable con el equipo para la atención de quemaduras si le gustaría reunirse con nuestro especialista en puericultura para conversar sobre cualquier preocupación que pueda tener con respecto a la manera en que su lesión puede llegar a afectar a su(s) hijo(s).

Nutricionistas matriculados

Obtener la nutrición adecuada es esencial para recuperarse. La mayoría de los pacientes necesitan calorías extra para recuperarse luego de una quemadura. Comer lo suficiente para ayudar al proceso de recuperación puede ser muy difícil después de haber sufrido una lesión. Mientras se encuentre en el Centro de Quemados, un nutricionista matriculado trabajará estrechamente con usted para elegir sus comidas y bebidas favoritas que podrán ayudarlo a recuperarse mejor. El nutricionista también puede sugerirle ciertas comidas o bebidas con alto contenido proteico, como Ensure High Protein® o Replete® que pueden ayudar a que su quemadura sane más rápido.

Para asegurarnos de que esté consumiendo suficientes líquidos y energía, podemos pedirle que anote lo que come y bebe cada día. Para ayudarlo a cumplir sus metas nutricionales le sugerimos lo siguiente:

- Pídale a los visitantes que le traigan su comida favorita de casa.
- En lugar de agua, tome las bebidas proteicas, como Ensure High Protein® o Replete® que le proporciona el personal del hospital.
- Haga que un visitante le traiga jarabes saborizados (como de chocolate o fresa) y agréguelos a las bebidas proteicas. Pídale a los visitantes que le traigan sus comidas favoritas de casa.

Si usted no puede lograr los objetivos establecidos respecto de los líquidos o alimentos, el equipo hablará con usted sobre las formas de solucionar este problema. Los tratamientos pueden incluir la colocación de un tubo de alimentación por la nariz hasta el estómago o el intestino delgado. El tubo de alimentación le proporciona nutrición continua para ayudarlo a curar la lesión por quemadura (*Figura 4*).



Figura 4: Un tubo de alimentación insertado a través de la nariz hasta el estómago administra líquidos y calorías todo el día

Rondas del equipo

Todas las mañanas y tardes, el equipo para quemaduras realiza visitas o “rondas” para revisar y analizar el progreso y el plan de atención de cada paciente en el Centro de Quemados (*Figura 5*). Posiblemente vea a un grupo de miembros del personal con una computadora afuera de su habitación. Esto significa que están hablando sobre su atención en ese momento. Durante estas rondas, se le alienta a hacer lo siguiente:

- Escuchar.
- Participar.
- Hacer preguntas.
- Averiguar cómo está sanando su quemadura.
- Discutir el plan de atención.
- Decir las cosas en cualquier momento.

Si usted no puede participar en las rondas en habitaciones pero tiene preguntas para algún miembro del equipo para quemaduras en cualquier momento, informe a su enfermero. Su enfermero ayudará a que se resuelvan sus inquietudes. Su participación en las rondas del equipo nos ayudará a prepararlo para que tenga éxito durante cada etapa de su atención en el Centro de Quemados. Incluso si no puede participar en las rondas, el equipo analizará su atención y ayudará a planificar su recuperación.



Figura 5: Rondas diarias del equipo

Números de teléfono importantes del Centro de Quemados

Pabellón Greenberg Pavilion 8 West	(212) 746-0328
Director del Centro de Quemados	(212) 746-5410
Citas ambulatorias con el médico	(212) 746-5024
Gimnasio de PT/OT del Centro de Quemados	(212) 746-1598
Sala de juegos Firefighter Jeff Giordano Children's Playroom	(212) 746-4210
Programa para estudios de ansiedad y estrés traumático	(212) 821-0783
Difusión y educación profesional sobre quemaduras	(212) 746-5417

Otros servicios y departamentos

Además de todos los departamentos detallados a continuación, muchos otros departamentos y servicios pueden intervenir en su atención. Consulte la *Guía para pacientes y visitantes: durante su estadía del NewYork-Presbyterian Hospital* para obtener una lista completa.

Servicios pastorales/Capellanía

Contamos con capellanes del Departamento de Servicios y Educación Pastorales dispuestos a brindarle ayuda a través de orientación espiritual y prácticas religiosas. Están disponibles las 24 horas del día, los 7 días de la semana llamando al (212) 746-6971. La capilla Leland Eggleston Memorial Chapel, ubicada en el primer piso del vestíbulo principal, está abierta a las personas de todos los credos las 24 horas del día.

Administración de Servicios al Paciente

La Administración de Servicios al Paciente (Patient Services Administration, PSA) ofrece un lugar central para que los pacientes y sus familiares hablen sobre cualquier aspecto de los servicios o la atención en el hospital. El personal de la PSA también puede ayudarlo con cualquier cuestión ética o asuntos relacionados con los derechos del paciente que puedan surgir durante la hospitalización. Para comunicarse, llame al (212) 746-4293.

Servicios de intérprete

El personal de servicios de intérprete está disponible sin costo para todos los pacientes y sus familias. Los intérpretes lo asistirán por medio de traducciones a lenguas extranjeras y lenguaje de señas. Informe al personal si usted o sus familiares necesitan estos servicios.

Esta sección analiza lo siguiente:

- *Cómo prevenir infecciones*
- *Visitas*
- *Comodidad de los familiares y visitantes*

PARA SU SEGURIDAD Y COMODIDAD

Prevención de infecciones en el Centro de Quemados

Las quemaduras pueden poner a los pacientes en alto riesgo de sufrir infecciones. Esto puede suceder porque la mejor defensa que tiene el cuerpo, la piel, está lesionada. Una lesión por quemadura puede incapacitar la habilidad del cuerpo de combatir una infección. Para ayudar a prevenir las infecciones, el hospital requiere que todo el personal, las familias y los visitantes hagan lo siguiente:

- Se laven las manos con agua y jabón o un desinfectante a base de alcohol (como Purell®) antes de ingresar y después de salir de la habitación del paciente.
- Usen una bata, guantes y un gorro provisto por el hospital en todo momento cuando se encuentren en la habitación de un paciente del 8 West. Estos elementos están disponibles en la entrada de la habitación de cada paciente. Deben quitarse la bata y el gorro antes de abandonar la habitación del paciente.
- Los visitantes, además del gorro, la bata y los guantes, deben ponerse una mascarilla cuando ingresen a una zona donde se lleva a cabo la atención de lesiones por quemadura.
- Los visitantes deben tener al menos 14 años de edad, a menos que se hayan hecho planes previos para visitas de niños. Consulte la sección de Visitas de niños que aparece más adelante para obtener más información sobre esto.
- No traiga flores ni plantas al Centro de Quemados. Debido al riesgo de contraer una infección, no están permitidas. Para obtener más información acerca de la prevención de infecciones, consulte la *Guía para pacientes y visitantes: durante su estadía del NewYork-Presbyterian Hospital*.

Seguridad

Su seguridad es muy importante para nosotros. El Departamento de Seguridad supervisa el hospital y sus propiedades las 24 horas del día, los 7 días de la semana. Los visitantes solo pueden entrar y salir de la unidad usando el timbre ubicado en la entrada y la salida de la unidad. Al ingresar al Centro de Quemados, el personal de la mesa de entrada solicitará a los visitantes y los familiares que presenten una identificación (ID) e indiquen a qué paciente visitan. Recuerde que todas las personas que ingresen al hospital deberán mostrar una identificación.

Visitas

El hospital comprende la importancia de la familia y los amigos en el proceso de sanación. Por esa razón, usted puede recibir visitantes en cualquier momento. Además, usted puede nombrar un acompañante adulto a quien puede tener acceso las 24 horas del día durante su estadía. Puede permitirle a su acompañante que participe en cualquier aspecto de su atención que usted elija. En ciertos casos en que la seguridad, el control de las infecciones u otras dudas clínicas surjan, las visitas pueden verse limitadas. Si desea limitar las visitas por cualquier motivo, avísele a su enfermero inmediatamente para que podamos hacernos cargo de su petición. Para su comodidad y seguridad, a los visitantes se les solicita lo siguiente:

- Leer y seguir cualquier instrucción especial publicada.
- Cumplir con las políticas de control de infecciones del hospital mencionadas previamente.
- Evitar llevar medicamentos que tomaba en casa, cigarrillos, comida que pueda estar restringida o cualquier otro elemento peligroso, incluidos los globos de látex.

A los visitantes molestos, amenazantes o violentos se les limitarán o prohibirán las visitas. Por respeto a los demás pacientes, las visitas pueden verse limitadas.

Debido a que el sueño y el descanso son importantes para el proceso de sanación, solicitamos que el máximo de visitantes sea de 2 personas por vez. Si su acompañante o los miembros de su familia no pueden visitarlo, pueden llamar a la unidad. Para respetar su privacidad, no hablaremos de temas sobre su salud con nadie más que con usted, a menos que usted nos dé permiso explícito.

Visitas de niños

Los fines de semana, los niños menores de 14 años de edad pueden visitar a los pacientes que no se encuentran en la unidad de cuidados intensivos (Intensive Care Unit, ICU). Estas visitas deben ser planificadas con antelación. El personal de puericultura ayudará a coordinar las visitas. También le brindará actividades a su familia. Para mantener la seguridad de nuestros pacientes en el Centro de Quemados, todos los visitantes jóvenes deben hacer lo siguiente:

- Jugar en silencio en su habitación y fuera de los corredores.
- Estar saludables.
- Respetar las horas de visitas programadas.
- Estar supervisados por un adulto.

Para obtener más información al respecto, consulte la sección *Satisfacer las necesidades de los niños cuando un cuidador sufre una quemadura* en la página 22.

Sala familiar

La sala familiar, ubicada afuera de Greenberg 8 West, está abierta las 24 horas del día. La sala incluye un comedor, sillas cómodas y un televisor. Los baños públicos están cerca. Sus visitantes son bienvenidos a utilizar esta sala durante su estadía en el hospital. Si usted desea recibir visitas de sus familiares y amigos en esta sala, y es médicamente seguro para usted hacerlo, consulte a su enfermero antes de abandonar la unidad.

Esta sección analiza lo siguiente:

- Limpieza y cuidados para la quemadura
- Tratamiento del dolor, la ansiedad y la picazón
- En caso de necesitar cirugía

CUIDADO DE LA LESIÓN POR QUEMADURA

Medicamentos y vendajes (apósitos)

Todas las quemaduras se tratan con medicamentos para prevenir infecciones y facilitar la cicatrización. La selección de medicamentos utilizados depende de la zona donde se haya producido la quemadura y qué tan profunda sea. Otros factores como el riesgo o la presencia de infección, la cicatrización de la herida, alergias u otras afecciones médicas también pueden ayudar al equipo a armar su plan de atención.

Las quemaduras de primer grado pueden tratarse con una crema o loción humectante. Los antibióticos que se utilizan con mayor frecuencia para tratar las quemaduras de segundo y tercer grado (antes de la cirugía) son la sulfadiazina de plata (Silver Sulfadiazine, SSD) y Bacitracin®. La SSD es una crema espesa de color blanco (Figura 6). Bacitracin® es una pomada fluida de color claro (Figura 7). Una o ambas cremas pueden ser utilizadas para tratar su quemadura en distintos momentos durante el proceso de curación. Ambas ayudan a prevenir infecciones y permiten que la quemadura cicatrice. Pueden colocarse directamente sobre la piel o sobre la compresa que cubre la quemadura.

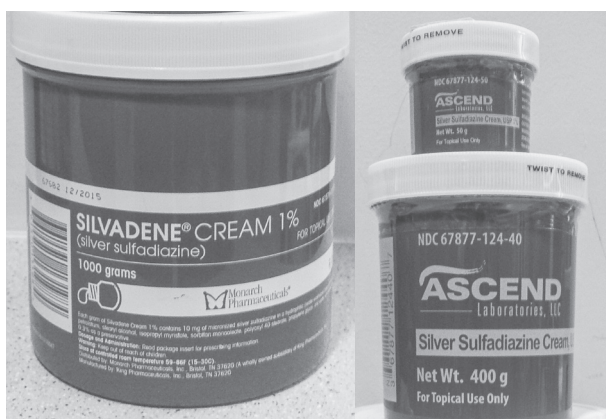


Figura 6: Crema con sulfadiazina de plata (SSD)



Figura 7: Pomada Bacitracin®

Luego, se usan vendajes especiales para envolver y proteger la lesión (Figuras 8 y 9). Para mantener la quemadura limpia y prevenir infecciones, estas cremas y vendajes serán cambiados dos veces al día hasta que la herida haya sanado o el médico recete un tratamiento distinto.



Figura 8: Gasas y medicamentos utilizados con frecuencia para el cuidado de heridas por quemadura



Figura 9: Distintos tipos de gasas y vendajes se colocan en capas sobre el medicamento para tratar la quemadura.

Algunas quemaduras de segundo grado pueden ser tratadas con vendajes especiales, como Acticoat® o Mepilex Ag®. Estos también permiten que la piel mejore, previenen infecciones y se cambian cada 3 a 7 días según las indicaciones del médico, hasta que la piel se sane. Los médicos y enfermeros hablarán con usted acerca del tratamiento recomendado para su quemadura ya que estos apósitos solo pueden usarse en ciertos tipos de quemaduras.

Las quemaduras profundas de segundo y tercer grado requieren cirugía para sanar. Consulte la sección “*Si necesita cirugía*” en la página 17 para obtener más información sobre los detalles relacionados con el tratamiento de esas quemaduras. Una vez sanada la quemadura, se debe aplicar con frecuencia una loción humectante, como Elta®, Lubriderm®, manteca de cacao o Nivea®. Esto ayudará a evitar que la piel se irrite, se seque y se vuelva escamosa.

Atención de heridas por quemadura

Mientras se encuentre en el hospital, los enfermeros trabajarán con usted para atender sus heridas por quemadura entre una y dos veces al día. En muchos casos, la atención de quemaduras se lleva a cabo una vez al día en la sala de hidroterapia (*Figura 10*), donde también podrá tomar una ducha. El segundo tipo de atención de quemadura se realiza en la habitación. El lugar, la cantidad de tiempo necesario para esta atención y la hora del día en que se realiza pueden variar debido a muchos factores. En la medida de lo posible, nuestro equipo lo mantendrá informado sobre los horarios para la atención de su herida.

Antes de realizar cualquiera de estos tratamientos, el personal le ofrecerá el medicamento para el dolor o la ansiedad indicado especialmente para esta atención. Ya que cada paciente es diferente y las heridas cambian con el tiempo, es posible que, a medida que su nivel de comodidad vaya cambiando, se deba ajustar la dosis de los medicamentos para el dolor o la ansiedad. Lo instamos a que le avise a su enfermero sobre cualquier tipo de dolor o ansiedad que sufra durante su estadía, especialmente si está relacionado con la atención de su herida por quemadura. Nuestro equipo trabajará con usted para que esté lo más cómodo y seguro posible. Para obtener más información sobre el dolor y la ansiedad, consulte la sección “*Cuidado de heridas: tratamiento del dolor, la ansiedad y la sensación de frío*” en la página 15.



Figura 10: Sala de hidroterapia donde se realiza la atención de las heridas diariamente.

Durante estas sesiones de atención de heridas, los vendajes, las cremas y la piel suelta y muerta serán removidos. Las áreas se limpiarán con jabón antibacteriano, gasas suaves y agua. Su piel puede estar abierta y sangrando; sin embargo, estos pueden ser signos de tejido saludable y en proceso de cicatrización. Los médicos, PA, enfermeros y PT/OT revisarán la(s) herida(s) para ver si hay signos de cicatrización, infección y para ver qué tan bien puede mover y utilizar el área lesionada. Haga todas las preguntas que pueda llegar a tener en ese momento sobre la manera en que está sanando su herida por quemadura. Nuestro equipo se complacerá en responderlas.

Una vez que su quemadura haya sido limpiada y revisada, el medicamento y el nuevo apósito serán colocados. Luego de completar la colocación de los apósitos, es posible que se le coloque una férula de medida especial para ayudarlo con el movimiento y funcionamiento. Una vez que haya terminado la atención de la herida por quemadura, se lo alienta a levantarse de la cama y moverse todo lo que pueda o lo que le permita su cuadro.

Entre cada cambio de apósitos, es importante mantener las quemaduras cubiertas para prevenir infecciones y ayudar con la cicatrización. Es muy común que las heridas por quemaduras drenen líquido que puede ser absorbido a través de los vendajes exteriores y la ropa de cama. Esto es de esperarse. Hable con su enfermero si cree que los apósitos deben ser removidos por cualquier motivo. No se los quite. El personal cambiará su ropa de cama tan seguido como sea necesario para mantenerlo limpio y seco. Ellos posiblemente lo alienten a beber líquidos durante el día para reemplazar los líquidos corporales perdidos.

Ya que usted forma parte de nuestro equipo de atención, el personal lo hará participe de las atenciones de su herida durante toda su estadía. A medida que su herida progrese, le enseñaremos a usted y a su familia cuáles son los pasos específicos para la atención de su herida para ayudarlo a prepararse para un alta segura.

Toma de fotografías de sus heridas

Durante su estadía en el hospital, podemos pedirle que nos permita tomar fotografías de su herida por quemadura. Estas fotografías serán colocadas en su historia clínica y serán utilizadas como apoyo para su atención. Para obtener sus propias copias de las imágenes, puede presentar una solicitud formal al Departamento de Administración de Información de la Salud del hospital. Los registros serán liberados luego de su alta.

Duchas tempranas

Algunos días, se le puede pedir que tome una “ducha temprana”. Esto significa que, hacia las 8.00 a. m., los enfermeros limpiarán la herida y colocarán un apósito temporal sobre la lesión. Una vez que llegue el médico, se quitará el apósito temporal y el equipo examinará la quemadura, colocará un nuevo apósito y hablará con usted acerca del plan de cuidados. El personal trabajará con usted para determinar los horarios que funcionan mejor para usted y si necesitará algún medicamento para el dolor o la ansiedad.

Cicatrización de heridas por quemadura

Todos los pacientes son diferentes y ninguna quemadura es exactamente igual. Nuestro equipo para quemaduras está comprometido a preservar la vida, maximizar el funcionamiento y brindarle los mejores resultados cosméticos posibles. Muchos factores, como la edad, otros problemas médicos, la nutrición, la profundidad y el área de la herida, y la forma en que su cuerpo genera tejido cutáneo o cicatrices puede afectar el tiempo necesario para que la quemadura se sane por completo. Una vez cerrada una herida por quemadura, la piel nueva puede tardar hasta dos años en madurar y recuperar el color. Durante su recuperación, nuestro equipo trabajará con usted para asegurar la obtención de los mejores resultados posibles.

Cuidado de heridas: Lo que puede sentir

El dolor y la ansiedad

Nuestro equipo sabe que las quemaduras pueden ser extremadamente dolorosas. Algunas veces, su dolor está relacionado con la atención de la herida, el movimiento u otros tratamientos. Otras veces, puede sentir dolor mientras se encuentra en reposo. Frecuentemente, nuestro cuerpo utiliza el dolor para señalar que algo está mal y que una actividad debería detenerse. Sin embargo, es de esperarse que aparezca algo de dolor durante el movimiento y el tratamiento. Este puede ser un signo de que las funciones de su cuerpo están aumentando. Lo alentamos a moverse tanto como pueda y tan seguido como su cuadro lo permita. Por ejemplo, salga de la cama, participen en la terapia y mueva distintas partes del cuerpo.

Es normal estar nervioso o estresado debido al dolor. También es normal estar ansioso por estar en el hospital y lejos de su familia, amigos y actividades habituales. Para ayudar a reducir la ansiedad, nuestro equipo trabajará con usted de la siguiente forma:

- Lo mantendrá informado sobre cada aspecto de su atención, incluida la cicatrización de su herida.
- Estimaré los tiempos para la atención de la herida, la terapia de rehabilitación y otros tratamientos.
- Planificará su alta (abandonar el hospital).
- Controlará su dolor.
- Tratará sus dudas y preguntas sobre su atención y experiencia en el hospital.

Lo invitamos a que haga preguntas sobre su quemadura y recuperación. Entre las preguntas frecuentes se incluyen las siguientes:

- ¿Cómo se verá la quemadura cuando haya sanado?
- ¿Cuánto tardará en sanar?
- ¿Necesito cirugía?
- ¿Cuándo me iré a casa?
- ¿Cómo me ocuparé yo o mi familia de la atención de la quemadura cuando deje el hospital?
- ¿Veré a un médico por mi quemadura una vez que haya abandonado el Centro de Quemados?

Si tiene alguna duda con respecto a su atención, hable inmediatamente con el personal de enfermería. El equipo para quemaduras trabajará con usted y su familia para que esté más cómodo. Si nota que se siente más ansioso de lo normal, hable con nosotros. Hay varias formas en que podemos ayudarlo:

Uso de medicamentos para tratar el dolor y la ansiedad

Los enfermeros y médicos analizarán distintos tipos de tratamientos para el dolor y la ansiedad con usted, incluidos medicamentos y otras formas de ayudarlo. Nuestro equipo le indicará y proporcionará los medicamentos que sean necesarios. La cantidad y el tipo de medicamentos y cuándo serán suministrados dependerá de varios factores y podrá cambiar con el tiempo. Nuestra meta es ayudarlo a manejar de forma segura y efectiva su comodidad a lo largo de su recuperación.

Para verificar la efectividad de los medicamentos, el equipo le preguntará constantemente sobre su dolor o ansiedad. Si cree que uno o ambos no están bien controlados, hable con su enfermero tan pronto como sea posible. Luego, el equipo hablará con usted si se necesita cambiar el tipo de medicamento necesario, y cómo y cuándo se deberá administrar. A medida que la quemadura va cicatrizando, es posible que sienta menos dolor y ansiedad. A medida que esto pase, el equipo trabajará con usted para reducir lentamente la cantidad o las veces que toma el medicamento. Muchos pacientes abandonan el Centro de Quemados sin necesitar medicamentos para el dolor o la ansiedad.

Más allá de la medicina: Otras maneras de tratar el dolor y la ansiedad

Cada persona siente el dolor y la ansiedad de distintas maneras. El equipo para quemaduras comprende que la atención de heridas puede causar dolor y ansiedad que pueden ser tratados con medicamentos. Sin embargo, nuestro cerebro es muy poderoso y también puede ayudarnos a manejar estas experiencias. Además de la medicación, pruebe las siguientes herramientas para manejar el malestar que puede llegar a sentir:

- **Diálogo interno positivo:** Analice lo que puede estar diciéndose a usted mismo mientras siente dolor. Intente reemplazar pensamientos como “no puedo manejar esto” con pensamientos como los siguientes:
 - “Yo puedo manejar esto”.
 - “Esto solo durará un tiempo y el dolor pasará”.
 - “Ya he sufrido dolor antes y lo superé. Yo puedo manejar esto”.
- **Respiración y relajación:** El dolor puede provocar que los músculos se contraigan, lo que hace que este empeore. Las respiraciones profundas y la relajación pueden ayudarlo a sentirse mejor. Cierre los ojos y respire lenta y profundamente. Concéntrese en relajar algunas partes del cuerpo de a una por vez. En la sección “*Cómo hacer frente a la hospitalización*” que aparece más adelante, encontrará más detalles sobre los ejercicios de relajación y respiración.
- **Imaginación guiada:** Para ayudarlo a relajarse y distraerse al mismo tiempo, cierre los ojos e imagine un lugar relajante lo más claramente posible. Utilice sus sentidos al imaginar cómo se ve, qué sonidos podría escuchar, los olores que podría sentir. Permítase simplemente concentrarse en estar en ese lugar relajante para tomarse un respiro de la experiencia con el dolor.
- **Separar el dolor:** Intente separar el sentimiento de dolor de las emociones que este le provocan. En lugar de pensar “siento tanto dolor”, intente enfocarse en la parte en la que el dolor es más fuerte y sepárela mentalmente. Imagine que está separada de su cuerpo. Esto puede ayudarlo a sentir que tiene control sobre el dolor. Esta herramienta es más difícil de usar y generalmente se realiza mejor luego de haber recibido entrenamiento y de haber practicado.
- **Distracción:** Distraer su atención del dolor puede ayudar a aliviarlo. En la medida de lo posible, intente participar en otra actividad que lo ayude a sentir menos dolor, como las siguientes:
 - Hablar con un ser querido.
 - Escuchar música.
 - Ver televisión o películas.

Hay varios dispositivos y actividades disponibles para ayudarlo a distraerse. Solicítele a su enfermero música, reproductores de películas, juegos y otras actividades. Si tiene música o películas favoritas que lo puedan ayudar a lidiar con la situación, nosotros haremos todo lo posible por incluirlas en el proceso de atención de la herida.

Picazón

Tal vez note que las áreas que están sanando pican. Para tratar la picazón y evitar que se rasque la piel que se está sanando, se puede aplicar una loción humectante, como Eucerin®, Lubriderm®, manteca de cacao o Nivea®. En caso de ser necesario, el equipo también puede recetar medicamentos para tratar las molestias. Avísele a su enfermero si siente picazón.

Sensación de frío

Después de sufrir una lesión por quemadura, puede llegar a sentir frío con mayor frecuencia de lo normal, especialmente durante el proceso de atención de la herida o cuando está en reposo en una cama. Esto es normal. Avísele a su enfermero que siente frío para que podamos calentar más la habitación y darle ropa de cama caliente y más mantas.

Esta sección analiza lo siguiente:

- Preparación para la cirugía
- Qué sucede durante y después de la cirugía
- Cuidados posoperatorios

SI NECESITA CIRUGÍA

Algunas quemaduras (como las quemaduras profundas de segundo y tercer grado) sanarán solo con cirugía. Si usted necesita cirugía, el equipo para quemaduras hablará con usted sobre la operación y lo que usted y su familia pueden esperar después de ella. Sabemos que esto puede ser angustiante. Haremos lo posible para ayudarlo a comprender el proceso y para responder las preguntas que tenga sobre su atención. Anote y realice todas las preguntas que usted o su familia pueda tener sobre la cirugía o la recuperación.

Preparación para la cirugía

Al menos un día antes de la operación programada, los médicos o PA hablarán con usted sobre los próximos pasos en su atención. La conversación puede incluir información sobre la cirugía y otros tratamientos, como la necesidad de muestras de sangre o transfusiones. Se le pedirá que firme un formulario de consentimiento que autoriza al equipo a realizar el/los procedimiento(s). Lea el formulario de consentimiento detenidamente y haga cualquier pregunta que tenga.

Durante las horas previas a la cirugía, usted no podrá comer ni beber nada, excepto los medicamento y los líquidos IV que recibirá. El día del procedimiento, el médico, PA o enfermero del quirófano (OR) le pedirá que firme el formulario de consentimiento nuevamente. Esto es normal y se hace por su seguridad. Si lo desea, su familia puede ir con usted a la sala preoperatoria y quedarse hasta que el equipo comience con el procedimiento. En ese momento, les sugerimos que esperen en la sala familiar en Greenberg 3 West (G3W). El médico tratante irá allí a reunirse con sus familiares después de la cirugía para informarles cómo está usted.

El quirófano y la recuperación

Cuando se encuentre en el quirófano (*Figura 11*), se le administrará anestesia para que no sienta dolor ni esté consciente durante la cirugía. También lo conectarán a un monitor cardíaco y a un respirador. Una vez que esté dormido, el equipo retirará (extirpará) la piel quemada y aplicará (injetará) piel nueva y sana en la zona utilizando grapas o suturas. En la mayoría de los casos, la piel nueva se obtiene de una parte de su cuerpo conocida como “zona donante”. Una vez que esta piel nueva se coloca en el área lesionada se denomina “autoinjerto”. Algunas veces, esta piel donante se estira o “engrana” antes de ser aplicada. Esto se hace para usar la menor cantidad posible de piel donante.

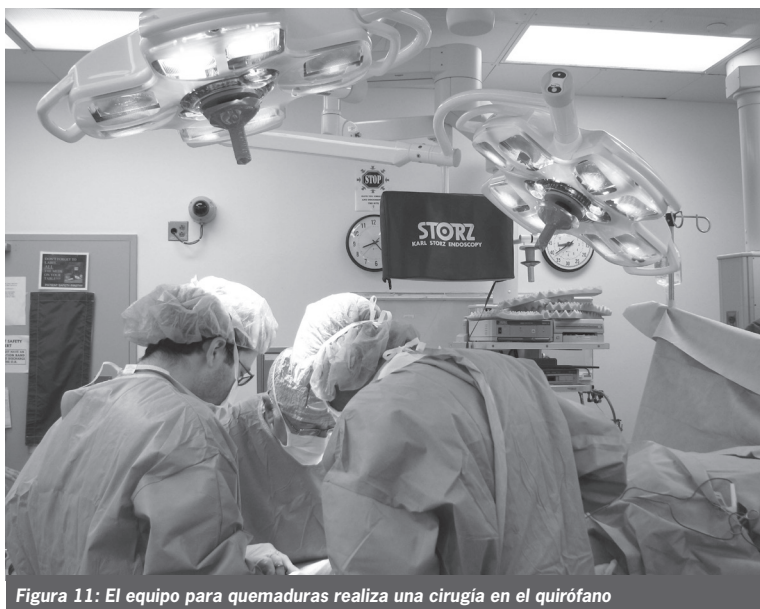


Figura 11: El equipo para quemaduras realiza una cirugía en el quirófano

En algunos casos, el equipo puede hablar con usted sobre la utilización de “homoinjertos” (también conocidos como aloinjertos) o piel donante que no sea suya para tratar su herida. Esta piel donante se utiliza para la atención a corto plazo de heridas y debe ser reemplazada con su propia piel en otra operación.

Después de haber colocado el injerto en la quemadura, el equipo colocará vendajes, yesos o férulas en el injerto y la(s) zona(s) donante(s) para proteger la piel que está sanando (*Figura 12*). Esto puede dificultar mucho el caminar, moverse, dormir, comer, bañarse y utilizar el baño. Estos desafíos pueden resultar muy frustrantes. Sin embargo, los yesos o férulas son muy importantes para que la herida cicatrice y lo ayudarán a desempeñarse de la mejor manera posible el futuro. Cuando la cirugía haya terminado, el cirujano tratante se reunirá con usted y su familia. El médico les hablará sobre la cirugía, tratará cualquier pregunta adicional que puedan tener y hablará con usted o su familia sobre los vendajes y las férulas. Usted saldrá del quirófano o de la unidad de cuidados posanestésicos (Post-Anesthesia Care Unit, PACU) y regresará al Centro de Quemados lo antes posible.



Figura 12: Las férulas y los vendajes suelen aplicarse después de la cirugía de injerto de piel

Una vez terminada la cirugía, los enfermeros controlarán su dolor cuidadosamente. Es posible que reciba medicamentos para el dolor por vía oral o intravenosa. En algunos casos, es posible que regrese a la unidad con una bomba de analgesia intravenosa controlada por el paciente (patient controlled analgesia, PCA). Esta le permitirá controlar la frecuencia con que se le administra el medicamento para el dolor por vía IV con solo presionar un botón.

Sus vendajes y férulas permanecerán en su lugar de 3 a 5 días para que el injerto pueda cicatrizar. Durante este tiempo, el personal lo ayudará con sus actividades de rutina. Los terapeutas y enfermeros trabajarán con usted para que se mueva tanto como sea posible de forma segura. Cumplido ese tiempo, las férulas y los vendajes serán removidos y las zonas serán revisadas para ver cómo cicatrizan y para controlar su capacidad de movimiento. En ese momento, la atención de la herida y el cambio de las férulas deben realizarse con frecuencia. Mientras eso ocurra, nuestro personal seguirá instruyéndolo y haciéndolo participe mientras se prepara para la próxima etapa de su atención.

La(s) zona(s) donante(s) que fueron vendadas durante la cirugía permanecerán cubiertas y cicatrizarán en unas dos semanas. Durante ese tiempo, pueden supurar o sangrar levemente o producir dolor/molestia. El personal de enfermería cambiará la cobertura externa cuando sea necesario. Si usted está listo para abandonar el hospital antes de que se haya(n) sanado la(s) zona(s) donante(s), el personal le enseñará cómo cuidar de ellas.

Esta sección analiza lo siguiente:

- *Respuestas comunes ante el estrés por una lesión y ante la estadía en el hospital*
- *Consejos para ayudar a enfrentar la situación y para manejar del estrés*
- *Cuándo buscar ayuda para manejar el estrés*

CÓMO HACER FRENTE A LA HOSPITALIZACIÓN

Cómo puede afectarnos al estrés

Estar en el hospital por una lesión o tener a un ser querido en él puede ser agotador tanto física como emocionalmente. Las respuestas comunes de los adultos a este tipo de estrés pueden ser las siguientes:

- Pensamientos o sueños frecuentes sobre la lesión.
- Sentimientos de ansiedad cuando algo le recuerda a la lesión.
- Deseo de evitar recordatorios sobre el evento que provocó la lesión.
- Dificultades para dormir o concentrarse.
- Sentimientos de tristeza, ganas de llorar, ansiedad, irritabilidad.
- Demasiada preocupación por la seguridad.

Ayudarse a uno mismo

Usted puede sentir estrés y ansiedad por estar lidiando con una dolorosa lesión por quemadura y con la atención de esta estando lejos de casa, de la familia y de la rutina. Estos sentimientos pueden provocar mucho miedo, preocupación y culpa. Pero hay muchas cosas que puede hacer para que su estadía en el Centro de Quemados sea más amena. A continuación encontrará diversas formas en las que puede ayudarse a usted mismo durante este difícil momento:

- **“Normalizar”:** Es normal sentirse estresado o ansioso en el hospital. Sentir dolor y lidiar con una lesión por quemadura no son cosas fáciles para nadie. Tener poca privacidad y tener que pedir ayuda para hacer cosas simples que usted solía hacer solo, como ir al baño, arreglarse o inclusive cambiar de posición en la cama pueden volverse muy difíciles. Permítase sentirse frustrado, pero asegúrese de que no llegue al extremo o no interfiera con su recuperación.
- **Permitase pensar en los eventos que provocaron su lesión:** Muchas veces, nuestro cerebro no tiene tiempo para comprender lo que sucede en el momento de la lesión porque todo sucede muy rápido. Pasado el momento, nuestro cerebro puede intentar dar sentido a lo sucedido. Puede que haga esto a través de sus sueños o con pensamientos frecuentes sobre el evento. Esto es normal. Lo mejor que puede hacer es no evitar estos pensamientos o recordatorios de la lesión. No se fuerce a pensar en la lesión. Sin embargo, si los pensamientos aparecen en su mente, déjelos allí. No los aleje. Esto ayudará a su cerebro a acostumbrarse a lo que sucedió. Con el tiempo, usted será capaz de pensar en la lesión sin sentirse alterado.
- **Obtener apoyo de familiares y amigos:** Esto es importante y puede ayudarlo a sentirse mejor emocional y físicamente durante su hospitalización. Acérquese a las personas que usted sabe que lo alentarán, distraerán y alegrarán. Pida a sus amigos o familiares que lo visiten en el hospital seguido. Esto lo ayudará a sentirse mejor. Algunas veces, usted puede llegar a sentir que quiere estar solo, pero no se aísla por largos períodos. Reciba a sus seres queridos cuando lo visiten incluso si no se siente con muchas ganas de hablar.
- **Concentrarse en el presente:** Durante su estadía en el hospital, es posible que su mente se adelante a pensar en los problemas que le esperan después del alta. Estos podrían incluir el pago de cuentas, problemas domésticos, el regreso a la escuela o al trabajo y los problemas de pareja. Pensar en problemas mientras no puede resolverlos puede resultar frustrante. En lugar de eso, intente concentrarse en sus necesidades físicas y sentimientos actuales. Esto puede reducir el estrés y mantener sus niveles de energía altos para lidiar con sus necesidades inmediatas. Sus problemas a largo plazo pueden ser resueltos una vez que esté más encaminado en su recuperación física.

- **Distracción:** Utilice la televisión, la música, las conversaciones con otros, las caminatas o la lectura para distraerse de su malestar. Esto puede ser de mucha ayuda, especialmente durante la atención de su herida u otros tratamientos. Podemos darle una tableta o un iPod lleno de películas y música durante su estadía en el hospital. Pídselos a su enfermero.
- **Analizar los pensamientos negativos:** Mientras se encuentre en el hospital, puede que a veces sus pensamientos lo lleven a sentirse más asustado o alterado. Analizar y responder a sus pensamientos cuando aumentan sus niveles de estrés puede ser de mucha ayuda. Una forma de hacer esto es imaginar qué le diría a un amigo o familiar si estuviese pasando por la misma situación que usted. Seguramente sería cuidadoso con esa persona y la alentaría. Es posible que le recuerde que lo que está sufriendo es temporal y que con la ayuda del equipo médico y sus seres queridos podrá atravesar este difícil momento. Intente hablar con usted mismo de la misma forma en la que lo haría con un ser querido en la misma situación en la que se encuentra usted.
- **Dormir:** El reposo es muy importante mientras se recupera. Sin embargo, los ruidos, las luces y las interrupciones durante la noche son muy comunes en el hospital. Para ayudarlo a dormir, intente realizar algún ritual relajante cerca de la hora de acostarse. Apague los aparatos, como el televisor o el teléfono celular, que puedan molestarlo. Si la lesión se lo permite, utilice una máscara para los ojos o tapones para los oídos.
- **Actividades grupales:** Pasar tiempo hablando con otros pacientes que atraviesan una experiencia similar puede ayudarlo a lidiar con su lesión. Asista al grupo de apoyo mensual para sobrevivientes de quemaduras (consulte la página 33 para obtener detalles).
- **Atención en la habitación:** El equipo puede llevarle actividades como juegos y artesanías a su habitación para usted y su familia durante su estadía.
- **Haga que su habitación se parezca a la de su hogar:** Pídale a los visitantes que le traigan sus películas, libros, actividades o comidas favoritas de casa. Esto ayudará a que su habitación en el hospital se sienta más familiar y cómoda. Cuelgue fotos suyas y de sus amigos y familiares.
- **Imaginación guiada:** Imaginar una escena tranquila y relajante que pueda ayudarlo a sentirse menos estresado mientras esté en el hospital. Para lograrlo haga lo siguiente:
 - Cierre los ojos.
 - Imagine un lugar que encuentre muy relajante, como una playa o una escena natural.
 - Imagine todos los detalles de esta escena tan vívidamente como pueda.
 - Utilice todos sus sentidos e imagine inclusive cómo olería el aire, qué sonidos escucharía y la sensación del viento soplando.
 - Quédese con esta escena y utilícela para tomar unas pequeñas vacaciones lejos de su habitación de hospital.

Sepa que esta escena está disponible para cuando la necesite.

- **Respiración tranquila:** Cuando estamos estresado, nuestro cuerpo se tensa y nuestra respiración se acelera. Esta repuesta puede ayudarnos en una crisis pero puede dificultar la capacidad para lidiar con la situación durante los días y las semanas siguientes a la lesión por quemadura. Para calmar esta respuesta al estrés, respire profunda y lentamente para sentirse más relajado y más en control sobre lo que pasa a su alrededor:
 - Siéntese o recuéstese en una posición cómoda.
 - Coloque la mano derecha ligeramente sobre el estómago y la mano izquierda sobre el pecho.
 - Inhale normalmente por la nariz, con la boca cerrada, moviendo más que nada su estómago, no su pecho.
 - Exhale lentamente, con la boca abierta.
 - Diga silenciosamente la palabra “calma”. O bien, imagine el color verde a medida que exhala.
 - Tome aire nuevamente.

Ponga esto en práctica cada vez que se sienta estresado.

- **Lleve un registro de cómo se siente:** En muchos casos, las respuestas por estrés, ansiedad y culpa desaparecerán después de las primeras semanas. Sin embargo, para otros, pueden continuar durante un largo tiempo. Si presenta algunos de estos síntomas, hable con sus seres queridos. Si alguno de estos síntomas continúa durante más de un par de semanas o si afecta su vida laboral, social o familiar, solicite la ayuda de un experto. El Programa para estudios de ansiedad y estrés traumático (Program for Anxiety and Traumatic Stress Studies, PATSS) del NewYork-Presbyterian Hospital puede brindarle información sobre cómo lidiar con el estrés, así como un posible tratamiento o puede ayudarlo a encontrar recursos para el tratamiento (consulte la *Lista de recursos* para obtener información de contacto).

Su trabajador social también puede hacer una remisión a un profesional de salud mental cerca de su casa para ayudarlo a pasar este difícil momento.

Otras formas de aliviar el estrés

- Contacte al Servicio de capellanía o a su propio consejero religioso.
- Pida hablar con el psicólogo del equipo o con su trabajador social.
- Anote algunos de sus pensamientos y sentimientos.
- Haga algunos ejercicios de estiramiento (como los tenga permitidos).
- Aprenda todo lo que pueda sobre su atención.
- Anote preguntas para su equipo de atención. Haga esas preguntas cada vez que sea necesario.

Esta sección analiza lo siguiente:

- *Cómo puede reaccionar su hijo ante su quemadura*
- *Cómo puede ayudar a su hijo a entender su lesión*
- *Pasos a seguir si su hijo lo visitará*

SATISFACER LAS NECESIDADES DE LOS NIÑOS CUANDO UN CUIDADOR SUFRE UNA QUEMADURA

Cómo puede verse afectado su hijo

Las heridas por quemadura pueden ser difíciles para usted y su familia en casa. Como resultado de su estadía en el hospital, su hijo puede sentirse confundido o ansioso por su lesión. Incluso los niños más pequeños pueden confundirse o sentir lo siguiente:

- Culpa porque podrían haber causado su enfermedad de alguna forma.
- Preocupación porque su enfermedad empeore.
- Enojo o molestia con respecto a los cambios de rutinas y planes que deben realizarse mientras usted se encuentra en el hospital.

Como resultado, los niños pueden reaccionar a que sus padres se encuentren en el hospital de las siguientes formas:

- Presentan mal comportamiento, hiperactividad o agresividad.
- Son rebeldes y toman riesgos.
- Se sienten dejados de lado y están callados, o no quieren jugar con sus amigos.
- Tienen problemas en la escuela: malas calificaciones, problemas para concentrarse, problemas para seguir instrucciones o se desempeñan de forma sobresaliente y perfeccionista.
- Se aferran a los padres.
- Presentan comportamientos propios de edades menores, como chuparse el dedo, lloriquear, apegarse, mojar la cama, retrocesos en su aprendizaje para ir al baño.
- Se culpan por lo sucedido.
- Se hacen cargo de todos los demás, pero no quieren que se encarguen de ellos.
- Informan problemas físicos, como dolores de cabeza o de estómago.
- Tienen accidentes frecuentemente.
- Desarrollan síntomas como los del paciente lesionado por quemadura.

Dígale a su hijo lo que está sucediendo de forma honesta y cuidadosa y utilice palabras que pueda entender. Cuéntele a su hijo sobre su quemadura, dígame cómo es el hospital y quién lo está atendiendo. Los niños necesitan saber que usted se encuentra en el hospital y de qué manera lo están atendiendo. Estos son algunos consejos para hablar con su hijo sobre su quemadura:

- Apoye a su hijo; hable con él sobre sus sentimientos y los suyos. Las familias están unidas en los buenos y malos momentos.
- Escuche lo que su hijo tiene para decir; observe su lenguaje corporal.
- Hable y actualice a su hijo sobre su situación.
- Cuéntele a su hijo que está dispuesto a responder preguntas y a escuchar cualquier duda.
- Mantenga la rutina de su hijo lo más normal posible.
- Involucre a la escuela de su hijo. Comuníquese a los maestros lo que está sucediendo para que estén atentos a cualquier cambio de comportamiento y sean comprensivos.

Es importante recordar que cada niño lidia con el estrés de manera distinta. Algunos niños harán preguntas inmediatamente. Otros necesitarán tiempo para procesar lo que va sucediendo. Es útil que los niños estén preparados si planean visitarlo. Un miembro del personal de puericultura puede ayudarlo a preparar a su hijo para visitar el Centro de Quemados de las siguientes formas:

- Lo ayudarán a enseñarle a su hijo sobre el hospital.
- Le explicarán los procedimientos de control de infecciones paso a paso.
- Le describirán al niño lo que pueden llegar a ver u oír durante la visita.
- Utilizarán los muñecos didácticos y el equipo médico para ayudar al niño a expresar sus dudas y sentimientos que tal vez no pueda expresar con palabras a través de juegos.
- Estarán con el niño y le brindarán apoyo emocional antes, durante y después de la visita.

Si desea que su hijo lo visite en el Centro de Quemados, hable con su enfermero. El personal hará todo lo posible para que esto suceda, según su afección y el plan de atención lo permitan. Si su hijo lo visita, le recomendamos que siga los siguientes pasos para prepararse:

Lista de control para la visita

- ☐ Asegúrese de sentirse lo suficientemente bien como para que lo visiten.
- ☐ Hable con el enfermero para programar la visita según sus necesidades de atención médica.
- ☐ Pida al personal que se asegure de que la habitación esté limpia y que coloque una silla cerca de usted.
- ☐ Haga que otro adulto le explique a su hijo los procedimientos de control de infecciones y lo ayude a seguir dichos procedimientos durante la visita.
- ☐ Haga que la visita sea breve.
- ☐ Haga que un familiar traiga algo que el niño pueda darle al paciente.
- ☐ Pida a algún familiar que traiga preparada alguna actividad para que el niño realice en la sala de espera.

Debido a que su hijo no puede ayudar en su atención directa mientras se encuentra en el hospital, dele un trabajo específico que ayude a la familia. Esto podría incluir buscar el correo o cualquier otro quehacer doméstico. Elógielos por ser de tanta ayuda. Esto puede ayudar a evitar otros comportamientos. Otras cosas que su hijo podría hacer incluyen las siguientes:

- Hacer una tarjeta o un regalo para usted.
- Recolectar imágenes de casa o dibujar imágenes nuevas para usted y otros familiares.
- Elegir su música favorita de casa y dársela/enviársela a usted con otro adulto que esté de visita en el hospital.
- Hablar por teléfono con usted.

Esta sección incluye lo siguiente:

- *Visitas de seguimiento con el médico*
- *Tratamiento del dolor y las heridas después de la estadía en el hospital*
- *Información sobre el alta de la UCIN*

SALIDA DEL CENTRO DE QUEMADOS

La planificación del alta (dejar el hospital) comienza al principio de su hospitalización para que sus necesidades puedan ser cubiertas con antelación. Entre los factores que pueden afectar su plan de alta se incluyen los siguientes:

- La cicatrización de la herida
- Su estado de salud previo a la quemadura
- Los apoyos sociales disponibles
- Su habilidad para cuidar de usted mismo después de haber sufrido la lesión

Los pacientes son dados de alta y enviados a casa con un seguimiento de la quemadura en el consultorio del médico. Para algunos, el próximo paso en la atención puede ser la necesidad de servicios de PT/OT, de enfermería y otros tipos de servicios en el hogar o en otro establecimiento. Liderado por nuestros trabajadores sociales, el equipo ayudará a organizar cuál será el nivel adecuado de atención necesaria y a asegurar un alta segura. Si tiene preguntas o dudas sobre su plan de alta, hable con nosotros en cualquier momento.

Planificación de una visita al consultorio médico

Antes de que abandone el hospital, el personal lo ayudará a obtener una cita con su médico de quemaduras. Las visitas al consultorio se realiza en el ala “L”, 7.º piso. Por lo general, este control se realiza dentro de las dos semanas posteriores a abandonar el hospital. De ser necesario, le proporcionaremos un intérprete sin cargo. Llame al consultorio médico al (212) 746-5024 para programar o cambiar una cita, o si tiene alguna pregunta.

Durante estas visitas, el médico tratante, el enfermero, el PT/OT y el trabajador social, si es necesario, se reunirán con usted. El equipo revisará la herida para ver cómo está sanando y para ver qué tan bien puede utilizar las áreas afectadas. También lo ayudarán a hacer planes para sus futuras necesidades de atención de la herida. Usted será examinado por el médico de quemaduras hasta que las cicatrices estén “maduras” (en la mayoría de los casos, un año después de la lesión). Durante sus visitas, o en cualquier momento, háganos cualquier pregunta o cuéntenos las dudas que tenga sobre su recuperación.

Atención de heridas y tratamiento del dolor

Durante su estadía en el hospital, nuestros enfermeros le explicarán cómo lavar las áreas y colocarse la medicación o los vendajes. Para ayudarlo a prepararse para abandonar el hospital, el equipo del Centro de Quemados trabajará con usted para asegurarse de que tanto usted como su familia comprendan y puedan realizar cualquier tipo de atención de la herida que necesite cuando le den el alta. A medida que se acerque la fecha del alta, el personal le pedirá a usted o a su familia que aprendan a realizar las atenciones con los enfermeros presentes. Esta “educación” nos ayuda a asegurarnos de que, antes de que abandone el hospital, usted o su familia estarán listos para realizar las atenciones de la herida en casa.

Nuestro equipo trabajará con usted para asegurarse de que su dolor estará bien controlado y de forma segura luego de que abandone el hospital. Para ayudar con esto, sus medicamentos pueden ser cambiados a medida que su herida sane. Después del alta, le daremos recetas, incluyendo medicamentos para el dolor.

Lista de verificación del alta

Para ayudar a que su alta sea exitosa, asegúrese de poder responder “sí” a las siguientes preguntas al menos un día antes del alta:

- ☐ Yo/Mi familia entiendo/entendemos cómo cambiará (sanará) la quemadura con el tiempo.
- ☐ Mi enfermero me enseñó a mi/mi familia sobre la atención de heridas por quemadura.
- ☐ Yo/Mi familia he/hemos practicado la atención de heridas con mi enfermero.
- ☐ Yo/Mi familia he/hemos demostrado al enfermero que podemos realizar la atención de quemaduras.
- ☐ Mi dolor está bajo control.
- ☐ Yo/Mi familia he/hemos realizado a los médicos, enfermeros, PT/OT o trabajadores sociales del Centro de Quemados todas las preguntas sobre mi atención o las instrucciones para el alta.
- ☐ Yo/Mi familia:
 - He/hemos sido llevados de regreso a casa.
 - He/Hemos recibido el alta y las instrucciones de seguimiento.
 - He/Hemos recibido todas las recetas para los medicamentos.
 - Tengo/tenemos una cita de seguimiento para ver al médico de quemaduras en el consultorio.

Si tiene dudas sobre algún aspecto incluido en esta lista de verificación, pida ayuda a un miembro del equipo para quemaduras. Sabemos que pueden surgir preguntas sobre su atención después de haber abandonado el Centro de Quemados. Si esto sucede, llame al (212) 746-0328 y pida hablar con el enfermero a cargo.

Llamadas telefónicas del alta

Dentro de los cinco días de haber abandonado el centro de quemados, uno de nuestros enfermeros lo llamará para realizar un seguimiento. El enfermero le preguntará cómo está y qué preguntas o dudas puede llegar a tener.

CUIDADO DE LA CICATRIZACIÓN DE UNA LESIÓN POR QUEMADURA DESPUÉS DE ABANDONAR EL HOSPITAL

Esta sección incluye lo siguiente:

- Cuidados para su quemadura en proceso de cicatrización (cremas humectantes, ropa, cuidados del sol, color de la piel)
- Tratamiento de cicatrices
- Fisioterapia y terapia ocupacional
- Uso de las prendas de compresión

Incluso después de abandonar el Centro de Quemados, su quemadura necesitará cuidados y la piel demorará meses en sanar completamente. Durante ese tiempo, sus cuidados pueden incluir algunos de los siguientes:

Uso de cremas humectantes

Las lociones, como Lubriderm®, manteca de cacao, Eucerin®, Nivea® o Elta®, deben aplicarse en todos los injertos de piel, zonas donantes y quemaduras curadas varias veces al día. Esto evitará que la piel se seque, se irrite y se vuelva escamosa. Si utiliza una prenda de compresión, aplique loción 5 minutos antes de colocar la prenda.

Elección de ropa cómoda

Le recomendamos que use prendas de algodón holgadas (como playeras, pantalones livianos y sudaderas) después de una lesión por quemadura. Las prendas ajustadas, los cinturones y los pantalones elastizados pueden rozar la piel nueva y causar ampollas. Las pantuflas y las sandalias blandas pueden ser más cómodas que los zapatos.

Protección ante la exposición al sol

La piel, las zonas donantes y los injertos de piel recientemente curados pueden sufrir quemaduras solares con facilidad. Para protegerlos del sol, debe usar protector solar con un factor de protección solar (Sun Protection Factor, SPF) 15 como mínimo, incluso debajo de las prendas de compresión. Las prendas de compresión y la ropa común no bloquean la luz solar. Utilizar prendas holgadas como sombreros, camisas de manga larga y pantalones sobre las zonas afectadas también ayudará. La mejor opción es usar protector solar y ropa con un SPF mayor que 30. Podrá encontrar algunos ejemplos de ropa con SPF en estos sitios: <http://www.coolibar.com> o <http://www.sunprecautions.com>.

Sensibilidad

Los nervios nos permiten sentir dolor, el tacto y el frío/calor. Si se dañan los nervios, pueden demorar meses o años en curarse. En pacientes cuyos nervios fueron dañados a causa de una lesión por quemadura, estas áreas pueden presentar entumecimiento, sensibilidad u hormigueos. Por lo tanto, es muy importante mantener el calor o el frío alejados de estas áreas. Siempre compruebe la temperatura del agua antes de ingresar a la bañera o la ducha y evite los juegos violentos, ya que la piel nueva puede agrietarse o sangrar con facilidad.

Color de la piel

El color de la piel curada cambiará con el tiempo. El color se ve afectado por las células epiteliales originales, la profundidad de la lesión, el proceso de sanación del cuerpo y por si ha recibido un injerto de piel. Las zonas donantes y las quemaduras que no eran tan profundas pueden recobrar su color original después de varios meses. Es posible que las quemaduras o los injertos de piel más profundos siempre tengan un color diferente del de la piel que no sufrió quemaduras. El color y la textura de su piel pueden cambiar durante las semanas y los meses posteriores a su quemadura. Es de esperarse que las áreas que se están sanando se vean diferentes en distintos momentos. Las cicatrices pueden tomar varios años en madurar por completo. Cada persona sana a su propio ritmo. Sabemos que puede ser frustrante tener que esperar varios años para saber cuáles serán los resultados. Trabajaremos con usted en cada etapa de su recuperación para ayudarlo a obtener los mejores resultados cosméticos y funcionales posibles.

Tratamiento de cicatrices

Una cicatriz es un efecto a largo plazo muy común de una quemadura. Es un área de la piel que puede tener un color, un aspecto y una sensación diferentes respecto de la piel sana. Las cicatrices pueden afectar cómo nos vemos y nos sentimos con nuestro cuerpo. También pueden afectar nuestros movimientos y funciones.

El tratamiento de cicatrices es el proceso que ayuda a que las cicatrices sanen correctamente. Esto ayudará a que la piel nueva se mantenga lo suficientemente suave y lisa como para permitir que el cuerpo se mueva. Este proceso comienza al momento del ingreso en el Centro de Quemados y puede incluir el uso de férulas y estiramiento. Una vez que la quemadura se cure, usted podrá utilizar ropa especial ajustada (consulte Prendas de compresión en la página 28) para ayudar a la cicatrización. El equipo para quemaduras le explicará detalladamente el tratamiento de las cicatrices durante las visitas ambulatorias.

Para reducir los efectos de una cicatriz, el equipo para quemaduras puede indicar terapias continuas con el PT/OT y tratamiento con prendas de compresión.

Fisioterapia y terapia ocupacional (PT/OT)

El equipo para quemaduras puede recomendar atención continua de fisioterapia y terapia ocupacional (PT/OT) después de abandonar el hospital (*Figura 13*). Esta atención puede incluir lo siguiente:

- **Programa de ejercicios en el hogar:** Durante la hospitalización, su PT/OT elaborará un programa de ejercicios en el hogar. Este puede incluir estiramiento, el uso de férulas y prendas de compresión (consulte la página 28). El programa de ejercicios en el hogar está diseñado para permitir que la piel siga sanando y prevenir las cicatrices.
- **PT/OT para pacientes ambulatorios:** Si su hijo tiene necesidades que exceden lo que puede ofrecerse en el hogar, nuestro equipo le sugerirá que reciba cuidados de PT/OT para pacientes ambulatorios. Estas visitas pueden realizarse varias veces por semana. Para la terapia ambulatoria, nuestro equipo recomienda el centro médico NewYork-Presbyterian/Weill Cornell Medical Center. Los terapeutas de este hospital tienen mucha experiencia en el tratamiento de sobrevivientes de quemaduras. En caso de ser necesario, nuestro equipo de atención ambulatoria puede contactarse fácilmente con el equipo que lo trató en el hospital. Si lo prefiere, usted puede obtener atención en un lugar de su elección. Una vez que comience con la atención en ese lugar, nuestro terapeuta se comunicará con su nuevo terapeuta para brindar asesoramiento específico sobre su quemadura.
- **PT/OT para pacientes internados agudos:** Para los pacientes que pueden hacer al menos varias horas de PT/OT por día para recuperarse, nuestro equipo puede recomendar la transferencia a un hospital de rehabilitación para pacientes internados en cuidados intensivos. Estos hospitales se centran en la PT/OT intensiva al mismo tiempo que brindan atención médica básica. Si llega a necesitar este nivel de atención, nuestro equipo lo ayudará en el proceso de selección y traslado a ese centro.



Figura 13: El gimnasio de rehabilitación del Centro de Quemados

Prendas de compresión

Las prendas de compresión (Jobst® o Medical Z®) son prendas ajustadas hechas de algodón, nailon y elástico. Se utilizan sobre las quemaduras curadas y debajo de la ropa normal. Permiten mantener la piel suave y tersa. Si el equipo para quemaduras las recomienda, es posible que se le brinden prendas temporales generalmente hechas con mangas de algodón o elástico, una vez que la piel se haya curado (*Figura 14*). Luego se le tomarán las medidas para un conjunto personalizado que estará listo en aproximadamente 3 o 4 semanas. Un ejemplo de esto es el guante que aparece en la *Figura 15*. Una vez que el conjunto personalizado esté listo, le pediremos que venga al consultorio médico para probárselo. También aprenderá cómo usar y cuidar estas prendas.



Figura 14: Mangas de algodón o elástico utilizadas normalmente como prendas de compresión temporales.



Figura 15: Ejemplo de una prenda de compresión hecha a medida

Ya que las prendas pueden ser ajustadas y verse a través de la ropa común, es posible que sean difíciles de usar. Las prendas deben utilizarse 23 horas al día. Puede quitárselas para bañarse. Es muy importante utilizarlas según lo recomendado hasta que la herida haya sanado. Esto ayudará a obtener los mejores resultados posibles.

Algunas veces, las prendas de compresión pueden producir ampollas. Si esto sucede, quítese la prenda y llámenos inmediatamente. Llame para pedir una cita con su médico lo más pronto posible. No vuelva a ponérsela hasta que hable con un enfermero o PT/OT del Centro de Quemados. Intente mantener la ampolla intacta cubriéndola con un vendaje antiadherente o una bandita adhesiva. No abra ni reviente la ampolla.

Esta sección incluye lo siguiente:

- Regresar con la familia, los amigos y a sus actividades favoritas
- Sentirse bien con uno mismo
- Sexo e intimidad después de una lesión por quemadura

SUPERACIÓN DESPUÉS DEL ALTA

Regreso con la familia, los amigos, a la escuela, al trabajo y a sus actividades favoritas

Abandonar el hospital es un paso positivo hacia su recuperación. También puede resultar atemorizante y estresante alejarse de la seguridad que brinda el Centro de Quemados. Es normal preocuparse por cómo se ve su lesión o por lo que los demás puedan pensar o decir. Otras preocupaciones pueden incluir regresar a la escuela, al trabajo y a otras actividades. Sus familiares pueden preocuparse por su capacidad para ayudarlo en su recuperación. Sepa que llevará algún tiempo lidiar con lo que sucedió. El estrés y el miedo son normales. A menudo, estos disminuyen con el tiempo. Es difícil sentirse mejor cuando uno se aleja de las personas y las cosas que disfruta. La mayor parte del tiempo, el sentirse mejor llega después de haber comenzado a hacer esas cosas, no antes. Cada vez que participa podrá sentir más disfrute. Con el tiempo, su estado de ánimo comenzará a mejorar.

Recuerde que los cambios que ocurrieron en la familia como consecuencia de la lesión por quemadura son, por lo general, más notorios una vez que la persona regresa a casa. Sea paciente con usted y su familia a medida que enfrenta estos cambios. Trabaje lentamente para ayudar a su familia a volver a la rutina. Lo alentamos a que retome sus actividades normales e interactúe con otros. Aunque pueda ser difícil al principio, estos son pasos importantes que puede dar para ayudar con su recuperación.

A veces, la familia y los amigos pueden no conocer la mejor manera de ayudarlo. En lugar de dejar que adivinen, usted podría decirles lo que cree que lo ayudará. También puede decirles que lo importante es que simplemente estén allí para escucharlo. Es importante tener un lugar cómodo para hablar sobre sus sentimientos. Existen muchos lugares a los que puede recurrir en busca de apoyo, incluido el grupo mensual de apoyo del hospital. Muchos otros recursos para los sobrevivientes de quemaduras y sus seres queridos se detallan más adelante bajo los títulos Recursos del centro médico NewYork-Presbyterian/Weill Cornell Medical Center y Organizaciones de apoyo y recuperación externas (página 33). Si regresar a su rutina le resulta muy estresante, pida a sus amigos y familiares que lo ayuden. O bien, puede comunicarse con el equipo para quemaduras llamando al (212) 746-0328.

Cómo manejar las preguntas o las miradas de otras personas

Al regresar a casa, los amigos, la familia e incluso personas desconocidas pueden preguntarle acerca de las quemaduras o cicatrices. Posiblemente deseen saber cómo está o cuál fue la causa de la quemadura. La mayoría de las veces, las personas preguntan porque les preocupa. Otras veces, las personas desconocidas miran o preguntan por curiosidad. Usted no puede controlar a los demás. Sin embargo, puede controlar cómo reaccionar frente a ellos. Es posible que no desee responder las preguntas, y nunca debe sentir que tiene la obligación de hacerlo. Usted no tiene que compartir detalles privados, pero posiblemente no quiera ignorar a esas personas que intentan ayudarlo a usted y a su familia.

A menudo, puede resultar útil preparar una respuesta para los amigos/familiares y otra para las personas desconocidas. Practique en voz alta y con antelación lo que va a decir en cada ocasión. De esa forma, si alguien se le acerca, ya tendrá lista una respuesta. Esto puede hacer que responder preguntas sea más fácil. También puede consultar el Programa BEST para obtener información sobre cómo lidiar con las preguntas, las miradas y los comentarios (consulte la sección *Lista de recursos* en la página 33).

Evitar recordatorios de la lesión

Aunque puede parecer lógico evitar cosas que le recuerden sobre la lesión por quemadura, esto en realidad puede evitar que se sienta ansioso por más tiempo. Si evita los recordatorios, es muy posible que sienta alivio en el momento. Pero, la próxima vez que se encuentre en esa situación, volverá a sentir ansiedad. Este patrón puede repetirse con el tiempo. Como resultado, usted puede terminar evitando más cosas. Esto puede limitar lo que puede hacer y adónde puede ir.

Lo mejor que puede hacer es permitirse enfrentarse a estas situaciones de una forma segura. Al principio, es posible que se sienta ansioso. Su ansiedad disminuirá cada vez que se aproxime a la situación hasta que ya no se sienta nervioso. Nuevamente ganará control sobre lo que tiene a mano en lugar de sentir que es algo que no puede manejar. Es normal que le sea muy difícil enfrentar estas situaciones solo. Al principio, trate de tener algún amigo o familiar cerca durante estas situaciones. También puede comenzar por lidiar con cosas que lo hacen sentirse algo ansioso e ir avanzando gradual pero rápidamente hacia las cosas más difíciles.

Seguridad personal y en el hogar

Una vez en casa, posiblemente se dé cuenta de que es más cuidadoso y consciente de la seguridad, incluso exageradamente. Esto es de esperarse. Sin embargo, recuerde que las lesiones pueden producirse incluso en los lugares más seguros. Dé pasos lógicos para protegerse a usted mismo y a su familia, pero permítase participar de actividades normales. Asegúrese de no evitar las cosas calientes, pero tome las precauciones apropiadas cuando esté cerca de ellas. Si ve que se siente incómodo o ansioso al participar de actividades normales, tener algún familiar o amigo cerca las primeras veces puede serle de mucha ayuda. La ansiedad no es señal de que algo es peligroso. Es la forma en que reacciona su mente ante la quemadura; se vuelve extremadamente cuidadosa. No utilice la ansiedad como una guía para el peligro. En lugar de eso, piense lógicamente sobre qué tan seguro es algo. Si decide que es seguro, entonces acérquese.

Comprender y permitir el proceso de duelo de los niños

Mucha gente piensa que el proceso de duelo es algo que atravesamos cuando alguien muere. En realidad, el duelo sucede cuando experimentamos alguna pérdida o algún cambio de vida importante. Una lesión por quemadura puede provocar un cambio en su apariencia o limitar sus habilidades. Para su hijo, esto puede representar una pérdida.

Las personas, incluidos los niños, hacen lo mejor que pueden con las herramientas que tienen disponibles. Enseñe a su hijo cómo responder cuando la gente le pregunte sobre su lesión por quemadura. Esta es una muy buena manera de enseñarles a los niños sobre la importancia de lo que una persona es internamente en lugar de lo que es por fuera.

Hasta los niños más pequeños pueden comprender una lesión por quemadura. Los niños pequeños ven las diferencias de colores y tamaños. Ellos notarán que las cicatrices de quemaduras se ven diferentes del resto de su piel. Responder las preguntas que puede llegar a hacer un niño puede ayudarlo a procesar su quemadura. Usted puede decir, *“los brazos de mamá se ven diferentes pero aún puedo abrazarte como lo hacía antes de quemarme”*.

Los niños en edad escolar y los adolescentes a veces se preocupan por lo que los demás puedan pensar sobre su familia. Proponga una explicación con la que esté cómodo para que su hijo dé sobre su lesión. Haga que la practique con usted y su familia. Un ejemplo podría ser el siguiente: *“Mi mamá se quemó hace unos meses. Ahora está mucho mejor. Gracias por preguntar”*.

Cómo afectan a la sexualidad y la intimidad las lesiones por quemaduras

Sexo e intimidad

Es normal preocuparse por la intimidad y la sexualidad después de una quemadura. La autoconfianza, la imagen corporal, la autoestima y la comodidad con el contacto físico (todas partes normales de la sexualidad humana) pueden verse afectadas ante una lesión por quemadura. El dolor, las cicatrices, los cambios en la sensibilidad de las áreas que están sanando y los medicamentos también pueden afectar el sexo y la intimidad después de haber sufrido una lesión. No hay un momento “ideal” o “equivocado” para pensar sobre estos temas o para (re)comenzar una relación íntima después de una quemadura. Una vida sexual normal es algo que pueden construir juntos usted y su pareja y algo que se siente “bien” para los dos.

Las preguntas sobre cómo las quemaduras pueden afectar la sexualidad, la intimidad y la salud sexual (deseo sexual, fertilidad, embarazo, lactancia, desempeño, etc.) son comunes. Sin embargo, estas preguntas son raramente hechas ya que pueden resultar difíciles de expresar. Pregúnteles a sus proveedores de atención sobre cualquiera de estos temas si tiene alguna duda sobre esta parte tan importante de la recuperación. También puede consultar la Phoenix Society (www.phoenix-society.org) para aprender más sobre el tema. Allí ofrecen varios artículos y debates, muchos de los cuales son la base de esta sección del manual.

Cambios en la piel y las articulaciones en proceso de curación

El proceso de curación puede cambiar la forma en la que percibimos el tacto en nuestra piel. Para ayudar a asegurar su comodidad, pueden tomar en consideración lo siguiente:

- Aprendan juntos lo que se siente bien sobre su piel.
- Recuerde tomar sus medicamentos para el dolor antes de realizar actividades planeadas.
- Antes o durante sus actividades íntimas, aplique crema humectante en la piel y estire las áreas en proceso de curación.
- Encárguese de evitar la presión en la piel sensible o en proceso de curación.

Medicamentos y sexo

Algunos medicamentos pueden interferir con el deseo o el desempeño sexual. Si cree que su medicamento podría estar provocando esto, hable con su médico sobre otras opciones o dosis.

Aprovechar al máximo su energía

Planifique momentos para la intimidad durante los períodos en que tiene más energía. Libere su agenda de otras actividades durante esos períodos para que esto pueda convertirse en una prioridad.

Fertilidad, embarazo y lactancia

Es normal que los períodos menstruales mensuales cesen cuando su cuerpo se está recuperando de una quemadura. Para muchas mujeres, los períodos se reanudan de forma normal. Debido a que es posible quedar embarazada durante este tiempo, las opciones de planificación familiar deben tomarse en consideración.

La fertilidad, el embarazo o la lactancia son posibles después de una lesión por quemadura. Muchas sobrevivientes de quemaduras han tenido hijos o amamantado exitosamente. Si tiene dudas con respecto a estos temas, hable con su médico.

Sentirse bien sobre uno mismo: autoconfianza y autoestima

Sentirse bien sobre usted mismo y su cuerpo es la base de la salud. Son partes importante de la sexualidad y la intimidad. Cosas sencillas que puede hacer para sentirse bien sobre quién es y cómo se siente con respecto a usted pueden incluir las siguientes:

- Hacer que arreglarse y vestirse bien sean una prioridad.
- Ejercitar a diario; hágalo solo por algunos minutos y vaya avanzando hasta lograr hacerlo por períodos más largos lo mejor que pueda.
- Propóngase una meta cada día.
- Premíese cuando cumpla su meta. ¡Celebre su éxito!
- Concéntrese en lo que logró, no en lo que no pudo lograr.
- Permítase relajarse y no se preocupe por lo que no puede controlar.

Citas

Tener citas y comenzar relaciones después de una lesión por quemadura puede ser difícil para cualquiera. Luego de una lesión por quemadura, la preocupación por ser rechazado y por lo que los demás pensarán de nuestro cuerpo puede ser estresante. Tenga en mente que estas preocupaciones son normales y forman parte del desarrollo de cualquier relación íntima. Permítase disfrutar de conocer a otras personas.

Cuándo y cómo hablar con su pareja sobre sus cicatrices deben estar ligados a su nivel de comodidad. Hablar sobre ellas antes de un encuentro íntimo puede ser más fácil que hacerlo durante ese momento. Algunas personas han notado que al utilizar ropa que muestra parte de la cicatriz se hace más fácil comenzar la conversación en un momento en que pueda concentrarse mejor. Construir una relación abierta y sincera en la que pueda compartir pensamientos, sentimientos e ideas de forma segura puede llevar tiempo, pero será la mejor recompensa para usted y su pareja.

Esta sección es una adaptación de la Phoenix Society. Para acceder a esta fuente de información y ver otros temas sobre la intimidad, consulte www.phoenix-society.org.

Apoyo del equipo para quemaduras del NYP: estamos aquí para usted y para su familia

Sufrir una lesión por quemadura puede presentar un reto en muchos sentidos. Sin embargo, hemos visto a miles de personas recuperarse exitosamente de sus lesiones. También estamos comprometidos a ayudarlo durante el proceso de recuperación. Sepa que puede contar con el equipo para quemaduras como recurso para atravesar todas las etapas de recuperación.

LISTA DE RECURSOS

Recursos del centro médico NewYork-Presbyterian/Weill Cornell Medical Center

Consultorio de rehabilitación del Centro de Quemados (PT/OT) (212) 746-1598 o (212) 746-1573

Los terapeutas pueden asesorarlo con respecto a los temas relacionados con la terapia, incluido el tratamiento de las cicatrices.

Difusión y educación profesional sobre quemaduras del Centro de Quemados Hearst Burn Center

(212) 746-5417

Este programa gratuito ofrece información sobre prevención de quemaduras para escuelas, grupos comunitarios, eventos de difusión sobre salud y agencias de atención de la salud y servicios sociales. La enseñanza puede brindarse en el lugar y los materiales están disponibles sin cargo.

www.nyp.org/services/burn-center-programs.html

Programa para estudios de ansiedad y estrés traumático (PATSS)

(212) 821-0783

El programa PATSS pertenece al Departamento de Psiquiatría de la Facultad de Medicina Weill Cornell Medical College. Los psicólogos y psiquiatras del PATSS tratan los efectos emocionales del trauma. Cuentan con una vasta experiencia en el trabajo con sobrevivientes de quemaduras. Pueden brindarle información y recursos sobre este tema.

www.patss.com

Sobrevivientes que ofrecen asistencia para la recuperación (SOAR)

(212) 746-1598 o (212) 746-1573

El programa SOAR es un programa gratuito que se realiza en el hospital, que reúne a un sobreviviente de quemaduras o a un ser querido que “vivió la experiencia” con alguien que atraviesa el proceso de recuperación. Este programa puede comenzar en el hospital o en cualquier momento después del alta. Contacto: Consultorio de rehabilitación del Centro de Quemados

Organizaciones de apoyo y recuperación externas

Asociación Americana de Quemaduras (ABA)

(312) 642-9130

Las actividades de la Asociación Americana de Quemaduras (American Burn Association, ABA) incluyen una investigación estimulante sobre el tratamiento, la prevención y la recuperación de quemaduras.

www.ameriburn.org correo electrónico: info@ameriburn.org

Sobrevivientes de quemaduras en línea (BSO)

www.burnsurvivorsonline.com

Sobrevivientes de quemaduras en línea (Burn Survivors Online, BSO) es un recurso de Internet interactivo que sirve como fuente de información médica sobre lesiones por quemaduras y apoyo con pares para sobrevivientes de quemaduras y sus familiares.

Burn Survivors Throughout The World, Inc. (BSTTW):

www.burnsurvivorsttw.org

BSTTW es una organización internacional sin fines de lucro que ofrece apoyo, servicios de defensa, educación, correo electrónico y salas de chat, y material informativo sobre quemaduras en línea.

Changing Faces

011 44 845 450 0640

Changing Faces es una institución benéfica con sede en el Reino Unido que brinda apoyo y representa a personas con deformidades en el rostro, las manos o el cuerpo debido a cualquier causa.

Dirección: The Squire Centre, 33-37 University Street, Londres, WC1E 6JN. **www.changingfaces.org.uk**

sitio web para jóvenes: www.iface.org.uk correo electrónico: info@changingfaces.org.uk

1-800-LIFENET - es una línea directa **gratuita**, confidencial, **multilingüe**, informativa sobre **la salud mental y el abuso de sustancias**, de referencia y para la prevención de crisis, que está disponible para cualquier persona en cualquier momento. Su llamada será atendida por un profesional de la salud conductual capacitado.

Legal Aid Society

(212) 577-3300

La Legal Aid Society (Sociedad de Asistencia Legal) es una organización privada y sin fines de lucro que ofrece servicios legales. Es la más antigua y la más grande del país y se dedica, desde 1876, a brindar representación legal de calidad a los neoyorquinos de bajos recursos. Está dedicada a una simple pero poderosa creencia: que a ningún neoyorquino se le debe negar el acceso a la justicia por ser pobre. Esta sociedad maneja 300,000 casos y cuestiones personales por año y brinda un extenso rango de servicios legales en las siguientes áreas: prácticas de derechos civiles, penales y juveniles. A diferencia de las prácticas de derechos penales y juveniles, que están constitucionalmente financiadas y a cargo del gobierno, las prácticas de derechos civiles dependen, en gran parte, de los aportes privados.

(Fuente: <http://www.legal-aid.org/en/las/aboutus/ourmission.aspx>)

Phoenix Society es una organización nacional sin fines de lucro que busca ayudar a cualquier persona que haya sufrido una lesión por quemadura. Durante más de 30 años, Phoenix Society ha ofrecido recursos y una red de apoyo para los sobrevivientes de quemaduras, sus seres queridos y los profesionales del cuidado de quemaduras. Dirección: 1835 R.W. Berends Dr. SW, Grand Rapids, Michigan 49519

www.phoenix-society.org

correo electrónico: info@phoenix-society.org

Los programas de Phoenix Society incluyen los siguientes:

- Congreso mundial de quemaduras: una conferencia anual de 3 días para sobrevivientes de quemaduras y familiares destinada a brindar educación y apoyo entre pares.
- Programa de Herramientas para las habilidades de superación y comportamiento (Behavioral & Enhancement Skills Tools, BEST): brinda herramientas prácticas para que los sobrevivientes de quemaduras y sus familiares puedan lidiar con las preguntas, las miradas y las bromas.
- Programa de becas educativas (Educational Grant Program, PEG) de Phoenix: el primer fondo de becas nacional creado para los estudiantes sobrevivientes de quemaduras.
- Sala de chat en línea: miércoles a las 8.30 p. m.

Productos para el tratamiento de cicatrices

Esta es una lista parcial de los proveedores y productos útiles para suavizar y aplanar las cicatrices de quemaduras. Consulte con su compañía de seguro sobre la cobertura y el pago de estos productos.

Drug World

(212) 746-5005

Horario de contacto: Llame al Centro de Quemados para obtener información sobre los días y los horarios de atención para pacientes ambulatorios. Productos: prendas de compresión Jobst

North Coast Medical, Inc.

(800) 821-9319

www.ncmedical.com

correo electrónico: custserv@ncmedical.com

Productos: Compresión: Media elástica de compresión Dema® y media elástica Tubigrip®

Silicona: láminas Topigel®

Sammons® Preston

(800) 323-5547

www.sammonspreston.com

correo electrónico: CustomerSupport@Patterson-Medical.com

Productos: Compresión: guantes terapéutico Isotoner® y media elástica Tubigrip®

Silicona: Lámina de gel de silicona Cica-Care™, láminas de gel de silicona Oleeva™,

apósitos de silicona autoadherentes Mepiform®

A-G-ONICS SOUTH, INC.

(800) 421-5647 (800) 662-8011

www.dermablend.com/index.aspx

Producto: correa de mentón lista para usar BIO-FORM™

Maquillaje: DERMABLEND™ Professional

Productos: productos de maquillaje correctivo para cubrir las imperfecciones en el color de la piel del rostro y el cuerpo.

Glosario

Acticoat®: un vendaje que contiene plata y se coloca directamente sobre la quemadura para protegerla de los gérmenes y ayudar a que se cure. Los vendajes Acticoat® pueden cambiarse cada 3 a 7 días.

Adaptic: un tipo de gaza húmeda que previene que los vendajes de las quemaduras se peguen a la piel. Mantiene los medicamentos o las cremas en su lugar y hace más fácil y menos dolorosa la remoción de vendajes.

Ampolla: un saco lleno de líquido entre la primera y la segunda capa de la piel. Algunas ampollas pueden desaparecer por sí solas. Otras posiblemente deban ser abiertas por el personal durante la atención de las de heridas.

Anestesia: medicamento que se administra para sentirse relajado durante la cirugía, la atención de heridas u otras atenciones. Existen distintos tipos de anestesia. Durante la anestesia general, el medicamento se suministra por vía intravenosa. Induce al paciente en un sueño profundo. Usted no será consciente de lo que sucede a su alrededor. Los médicos controlarán atentamente el corazón y la respiración cuando se administre este medicamento.

Autoinjerto: piel extraída de una parte del cuerpo del paciente y colocada sobre el área quemada. Se coloca al paciente durante una cirugía y permanece en el paciente.

Bacitracin®: una pomada fluida de color claro que brinda protección contra los gérmenes y, por lo general, se aplica sobre las quemaduras leves o casi curadas o sobre quemaduras en el rostro.

Cicatriz: un área de piel nueva que puede verse o sentirse de manera diferente de la piel que no sufrió lesiones. Al poco tiempo después de que la quemadura se cura, las cicatrices pueden elevarse o hincharse. Al principio, pueden ser rosadas, rojas o violetas. Posteriormente, las cicatrices se vuelven más suaves, planas y de un color más claro. Una cicatriz elevada puede impedir que las articulaciones se muevan correctamente.

Duoderm: vendaje utilizado para las zonas donantes. Puede permanecer en su lugar durante días, y usted se puede duchar con el vendaje puesto.

Equipo para quemaduras: son los miembros del personal del Centro de Quemados encargados de su atención, incluidos médicos, enfermeros, técnicos de asistencia al paciente, fisioterapeutas y terapeutas ocupacionales, nutricionistas, trabajadores sociales, entre otros.

Escara: piel muerta (a causa de la quemadura) que puede requerir cirugía para su remoción.

Fellow: un médico que se especializa en un área específica, como la cirugía de quemaduras, dentro de un campo, como la cirugía.

Férula: dispositivo de plástico moldeado que se utiliza para mantener una parte del cuerpo inmóvil. Se usa después de la cirugía o para proteger o estirar una parte del cuerpo que se quemó.

Formulario de consentimiento: un formulario firmado por un padre o tutor que otorga permiso a los miembros del equipo de atención de la salud para realizar un procedimiento (por ejemplo, una cirugía).

Homoinjerto (también conocido como aloinjerto): piel humana de un donante que se utiliza como tratamiento a corto plazo y se coloca al paciente durante la cirugía. Durante una cirugía posterior, el médico retirará este homoinjerto y lo reemplazará con la propia piel del paciente.

Injerto de piel: cirugía para extraer la piel dañada y colocar piel nueva (donante) sobre el área de la quemadura. La piel nueva puede ser piel del paciente (autoinjerto) o de un donante humano (homoinjerto/aloinjerto). Esta cirugía se realiza para tratar las quemaduras profundas de segundo grado y todas las quemaduras de tercer grado.

Mepilex Ag®: un vendaje de goma espuma que contiene plata, que se coloca directamente sobre la quemadura y se cambia una o dos veces por semana, según las indicaciones del médico. Este vendaje permite que la quemadura se cure y la protege de infecciones.

Nitrato de plata: un medicamento líquido a base de sal de plata que brinda protección contra los gérmenes y se utiliza para tratar las quemaduras. Puede hacer que la piel adquiera un color marrón oscuro por un breve período.

Prendas de compresión: estos apósitos (como Tubigrip® y Demagrip®) son mangas de algodón y elástico que ejercen una ligera presión sobre la piel. Permiten mantener la piel suave, tersa y con buen movimiento. Cuando se usan estas prendas, se inicia la fase de tratamiento de cicatrices de su recuperación. Están disponibles en varios tamaños que se ajustan a la parte del cuerpo que debe cicatrizar. Algunos pacientes pueden necesitar prendas hechas a medida. También hay ropa ajustada de larga duración hecha de material tipo spandex que ejerce presión sobre la piel para evitar la formación de cicatrices. El personal le enseñará cómo y cuándo usarlas. También aprenderá cómo lavarlas y cuidarlas.

Quemadura: lesión en la piel y el cuerpo causada por calor, frío, radiación, sustancias químicas o electricidad. Las quemaduras pueden ser grandes o pequeñas. Pueden ser graves o leves. Las quemaduras se definen según su profundidad (consulte las definiciones de primer grado, segundo grado y tercer grado a continuación).

- **Quemadura de primer grado:** una quemadura en la capa más superficial de la piel (epidermis) que se asemeja a la quemadura del sol.

No hay cortes en la piel y, por lo general, mejora en un plazo de 5 días.

- **Quemadura de segundo grado (grosor parcial):** una quemadura en la capa más superficial de la piel y en la segunda capa de la piel (dermis).

Por lo general, esta quemadura produce dolor y ampollas, y sana dentro de 2 semanas.

En ocasiones, una quemadura profunda de segundo grado puede llegar hasta lo más profundo de las capas de la dermis y requerir cirugía para sanar.

- **Quemadura de tercer grado (grosor total):** se destruyen todas las capas de la piel (epidermis y dermis).

La herida es seca y blanca. Estas quemaduras no duelen ya que los nervios están dañados.

Estas quemaduras requieren cirugía (injerto de piel) para sanar.

Rondas: reunión del equipo para quemaduras dos veces al día para analizar el progreso del paciente y los planes de atención.

Sala de hidroterapia: la sala del Centro de Quemados donde los enfermeros lavan y vendan sus heridas y donde puede darse una ducha. Los médicos y PT/OT lo visitarán en esta sala para revisar sus heridas.

Silvadene®/Sulfadiazina de plata (SSD): una crema blanca que brinda protección contra los gérmenes y se utiliza para tratar quemaduras de segundo y tercer grado. Puede aplicarse en muchos lugares del cuerpo, excepto el rostro.

Sulfamylon® (acetato de mafenida): una crema blanca que brinda protección contra los gérmenes y se utiliza para tratar quemaduras de segundo y tercer grado. ¿Se utiliza generalmente en los oídos? Por lo general, este medicamento se utiliza junto con otros medicamentos para tratar las quemaduras graves.

Tratamiento de cicatrices: el proceso que ayuda a que las cicatrices sanen correctamente. El objetivo es tratar la piel de manera que se mantenga lo suficientemente suave y tersa para permitir el movimiento del cuerpo. Este proceso comienza cuando usted ingresa al Centro de Quemados, e incluye el uso de férulas y estiramiento. Una vez que la quemadura se cura, puede utilizar ropa especial ajustada (como Tubigrip® o Demagrip®; consulte la definición de prendas de compresión más arriba). Esta ropa permite mantener la piel tersa. También puede usar prendas hechas a medida que aplican aún más presión sobre la piel. Algunas veces, también puede usarse silicona con las prendas para tratar áreas específicas. Este proceso finaliza cuando la cicatriz “madura” (aproximadamente 1 año después de la lesión por quemadura). El personal le enseñará cómo utilizar los diferentes tratamientos para las cicatrices.

Tubo de alimentación (también conocido como sonda nasogástrica): un tubo que se inserta a través de la nariz hasta el estómago para administrar nutrientes, líquidos o medicamentos.

Yeso: un revestimiento rígido, elaborado de fibra de vidrio, que se coloca sobre una parte del cuerpo para inmovilizarla. Se usa después de la cirugía o para proteger o estirar una parte del cuerpo que se quemó.

Zona donante: el área del cuerpo de donde se extrae la piel que se utiliza para cubrir la lesión por quemadura.

Oficina principal/Citas: (212) 746 – 5410
Educación/Difusión sobre quemaduras: (212) 746 – 5417

William Randolph Hearst Burn Center at
NewYork-Presbyterian Hospital
525 East 68th Street, L706, New York, NY 10065

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

Si usted o un miembro de su familia sufre una quemadura,
llame al 911 y solicite atención médica de inmediato.

 **NewYork-Presbyterian**



MIX
Paper from
responsible sources
FSC® C005812