

Prevención de las quemaduras: Preescolares y escolares

Burn Prevention: Preschool and School-Age (Spanish)

Las quemaduras pueden ser graves a cualquier edad. Los niños en edad preescolar y escolar corren un mayor riesgo de sufrir quemaduras porque son curiosos y les gusta explorar.

Si su hijo se ha quemado, aplíquese agua fría en la zona durante 20 minutos. No utilice hielo ni agua helada sobre la quemadura. Mantenga caliente el resto del cuerpo de su hijo mientras hace esto.

Quemaduras por agua caliente

- Ajuste la temperatura de su depósito de agua caliente **por debajo de** 120° Fahrenheit (F) o 48.9° Celsius (C).
- Enseñe a su hijo a abrir primero el grifo del agua fría y luego a añadir lentamente el agua caliente.
- Pruebe siempre la temperatura del agua del baño o la ducha de su hijo antes de que toque su piel. Debe sentirse tibia, no caliente, al tacto.
- Nunca deje a su hijo solo en el cuarto de baño mientras prepara o toma un baño.
- No bañe a su bebé en un lavabo mientras el agua esté corriendo.

Accidentes en la cocina o al cocinar

- No deje a su hijo solo en la cocina. Supervíselo si va a utilizar solo un hornillo, un horno o una placa caliente.

- Gire los mangos de ollas y sartenes hacia la parte posterior de la cocina (Imagen 1).
- Cree siempre una zona segura manteniendo a su hijo a 3 pies de distancia de la estufa mientras esté encendida.
- Asegúrese de que su hijo no lleva ropa suelta cerca de alguien que esté cocinando o mientras esté cocinando.
- Guarde todos los cables de los electrodomésticos. Pueden causar lesiones graves si se tira de ellos, se muerden o se cortan.
- Para evitar derrames, haga que su hijo se siente a la mesa para comer.
- Tenga cuidado con los envases de alimentos que pueden ir en el microondas. El envase puede calentarse y provocar caídas o derrames.
- Enseñe a su hijo a utilizar guantes de cocina cuando saque la comida del microondas. Si utiliza una tapa, puede levantarla de forma segura y despacio con un utensilio. El vapor bajo la tapa puede provocar quemaduras.
- Llene los cuencos o recipientes de comida menos de la mitad cuando los introduzca en el microondas. La comida o el líquido pueden derramarse y causar quemaduras.



Fuente de la figura: U.S. Fire Administration

Imagen 1 Los niños pueden agarrar las asas y dejar caer alimentos muy calientes. Las asas también pueden estar muy calientes.

Llamas

- Enseñe a su hijo que no es seguro jugar con fuego.
- Tenga un detector de humo en cada habitación de su casa. Cambie las pilas cada 6 meses. Si sus detectores de humo tienen más de 10 años, sustitúyalos por nuevos.
- Mantenga siempre a su hijo alejado de chimeneas, calefactores y estufas. La ventana de cristal situada delante de una chimenea o estufa de gas se calienta mucho. Enseñe a su hijo a no tocar el cristal o la estufa durante o después de un incendio.
- No deje a su hijo solo con velas encendidas o calentadores de cera y tartas.
- No deje a su hijo solo con bengalas. Pueden crear un calor intenso, que puede provocar una quemadura grave.
- Tenga siempre cerca un extintor de incendios mientras asa a la parrilla, alrededor de una hoguera y en la cocina.

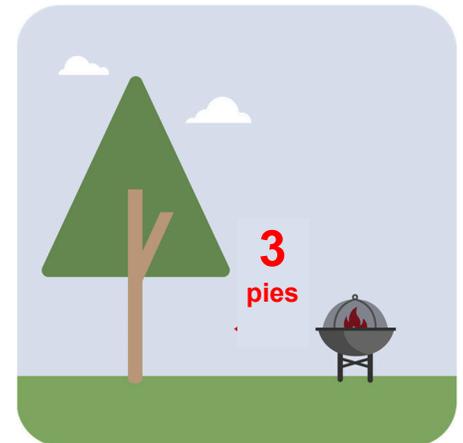
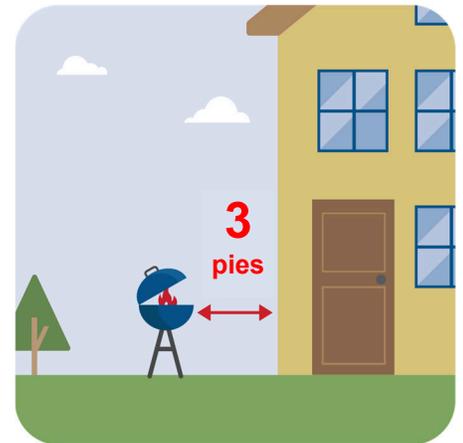
- Nunca vierta líquido para encendedores en un fuego encendido ni sobre carbones encendidos. Enseñe a su hijo a mantenerse alejado de parrillas y fuegos en exteriores y supervíselo. No le permita correr cerca de las hogueras. Para evitar quemaduras graves, tenga una zona de seguridad de 3 pies alrededor de las parrillas y las hogueras (Imagen 2).

Insolación

- Las quemaduras solares se producen sobre todo entre las 10 de la mañana y las 2 de la tarde. Haga que su hijo lleve un sombrero para proteger su piel de las quemaduras solares.
- Aplique a su hijo crema solar con un factor de protección solar (FPS) superior a 30 antes de que salga al exterior. Vuelva a aplicárselo si se le moja la piel al nadar o utilizar un aspersor.
- Su hijo puede sufrir una quemadura solar incluso en un día nublado. También puede sufrir una quemadura solar mientras está a la sombra si el sol se refleja en una masa de agua.

Electricidad

- Enseñe a su hijo a no subirse a torres o árboles cercanos a líneas eléctricas o postes del tendido eléctrico.
- Enseñe a su hijo a no tocar un cable de alta tensión que se haya caído.
- El agua transporta y propaga la electricidad. Enseñe a su hijo a no utilizar aparatos eléctricos en el agua o cerca de ella. Esto incluye cosas como secadores de pelo, rizadores y alargadores.
- Mantenga la caja de fusibles cerrada y con llave.
- Supervise siempre a su hijo si está jugando con una cometa o un aeromodelo en el exterior. El objeto podría quedar atrapado en las líneas eléctricas.



Fuente de la figura: U.S. Fire Administration

Imagen 2 Las parrillas y las hogueras deben estar al menos a 3 pies de distancia de su casa, árboles, terrazas, muebles de jardín y juguetes de exterior.

Productos químicos

- Mantenga las velas, las cerillas, los encendedores, la gasolina, el queroseno, la pólvora, los botes de spray, la pintura y el disolvente fuera del alcance de los niños y los animales domésticos.
- Guarde bajo llave todos los productos de limpieza y químicos. Estos son altamente inflamables. Eso significa que pueden causar quemaduras y posiblemente iniciar un incendio con facilidad.
- Tenga a mano o en todos los teléfonos el **(800) 222-1222**, el número de teléfono del Centro de Control de Intoxicaciones, en caso de emergencia. Ellos le dirán qué hacer en caso de exposición a un producto químico. Tenga cerca el envase del producto o conozca su nombre.

Advertencia sobre Internet y las redes sociales

Si su hijo tiene acceso a Internet y/o a los medios sociales, controle siempre lo que ve y lee. Hay muchos videos y "desafíos" en internet. Algunos de ellos pueden incluir el uso del fuego. Asegúrese de que su hijo no participe en estos desafíos ni grabe ningún video en el que se utilice fuego o artículos que lo provoquen.