



Recurso informativo dirigido fundamentalmente a la población, el cual tiene como objetivo, promover, informar y educar sobre los problemas de salud que afectan a la comunidad; para llevar un estilo de vida saludable que permita a las personas elevar el nivel de conocimiento y control sobre su salud, evitando así la aparición de otras patologías.

Quemaduras



Quemaduras

Las quemaduras son daños en los tejidos que tienen diversas causas, entre ellas, los líquidos calientes, el sol, las llamas, las sustancias químicas, la electricidad y el vapor. Las lesiones relacionadas con la cocina a causa de bebidas calientes, sopas y alimentos calentados en el microondas son frecuentes en los niños y en adultos.

Las quemaduras importantes requieren atención médica de emergencia. Por lo general, las quemaduras leves se pueden tratar con primeros auxilios.



Existen tres tipos de quemaduras:

- Quemaduras de primer grado, que dañan solamente la capa externa de la piel
- Quemaduras de segundo grado, que dañan la capa externa y la que se encuentra por debajo de ella
- Quemaduras de tercer grado, que dañan o destruyen la capa más profunda de la piel y los tejidos que se encuentran debajo de ella

Las quemaduras pueden causar hinchazón, ampollas, cicatrices y, en los casos más severos, shock e incluso la muerte. También pueden conducir a infecciones porque dañan la barrera protectora de la piel. El tratamiento de las quemaduras depende de la causa, qué tan profunda es y qué grande es el área del cuerpo afectada. Las pomadas con antibióticos pueden prevenir o tratar las infecciones. Para quemaduras más graves, es posible que se necesite tratamiento para limpiar la herida, reemplazar la piel y asegurarse que el paciente recibe suficiente líquidos y nutrición.

Cuándo buscar ayuda de emergencia

Buscar atención médica inmediata si tienes quemaduras graves con las siguientes características:

- Pueden ser profundas y afectar a todas las capas de la piel.
- Pueden causar sequedad y aspecto curtido en la piel.
- Pueden tener un aspecto carbonizado o tener manchas blancas, marrones o negras.
- Son mayores de 3 pulgadas (aproximadamente 8 centímetros) de diámetro.
- Cubren las manos, los pies, la cara, la ingle, los glúteos o una articulación principal, o rodean un brazo o una pierna.

- Están acompañadas de inhalación de humo.
- Comienzan a hincharse muy rápido.

Las quemaduras eléctricas, como las que causan los rayos, y las quemaduras químicas graves requieren atención médica de emergencia. Una quemadura leve podría requerir atención médica de emergencia si afecta a los ojos, la boca, las manos o los genitales. Los bebés y los adultos mayores también pueden necesitar atención médica de emergencia por quemaduras leves.

Tratamiento

Quemaduras graves

En caso de quemaduras graves, brinda primeros auxilios hasta que lleguen los servicios de emergencia:

- Protege a la persona que se quemó para que no presente otros daños. Si puedes hacerlo de forma segura, asegúrate de que la persona a la que ayudas no esté en contacto con la fuente de la quemadura. En el caso de las quemaduras eléctricas, comprueba que la fuente de energía esté desconectada antes de acercarte a la persona que tuvo la quemadura.
- Verifica si la persona quemada respira. Si es necesario, comienza con la respiración de rescate si sabes cómo hacerla.
- Quítale las joyas, los cinturones y otros elementos ajustados, especialmente de la zona afectada por la quemadura y del cuello. Las zonas quemadas se hinchan rápidamente.
- Cubre la quemadura. Cubre la zona, sin apretar, con una gasa o con un paño limpio.
- Eleva la zona quemada. Eleva la zona de la herida por encima de la altura del corazón, en la medida de lo posible.
- Vigila si hay síntomas de un estado de choque. Los síntomas son piel fría y húmeda, pulso débil y respiración superficial.

Quemaduras leves

En el caso de las quemaduras leves, sigue estas pautas de primeros auxilios:

- Enfría la quemadura. Sumerge la zona en agua corriente fresca, no fría, durante aproximadamente 10 minutos. Si no puedes hacer esto o si la quemadura es en la cara, aplica un paño húmedo y fresco hasta que se alivie el dolor. En el caso de una quemadura en la boca por alimentos o bebidas calientes, colócate un trozo de hielo en la boca durante unos minutos.
- Quítate anillos u otras cosas que queden ajustadas. Intenta hacerlo rápida y suavemente, antes de que se hinche la zona quemada.
- Aplica loción. Una vez que la quemadura se haya enfriado, aplica una loción, como alguna con aloe vera o manteca de cacao. Así evitarás que se seque.
- Venda la quemadura. Cubre la quemadura con un vendaje limpio. Envuélvela holgadamente para evitar ejercer presión sobre la piel quemada. Los vendajes evitan que la zona esté en contacto con el aire, alivian el dolor y protegen la piel con ampollas.
- De ser necesario, toma un analgésico de venta libre, como ibuprofeno (Advil, Motrin IB, otros) o acetaminofén (Tylenol, otros).

Qué evitar

- No utilices agua fría para refrescar la quemadura.
- No rompas las ampollas. Las ampollas ayudan a proteger contra las infecciones. Si se rompe una ampolla, limpia suavemente la zona con agua y aplica un ungüento antibiótico.
- No intentes quitar la ropa que esté pegada a la quemadura.

Si no recibiste la vacuna antitetánica en los últimos cinco años y la quemadura es profunda, es posible que necesites una dosis de refuerzo. Intenta recibirla dentro de las 48 horas después de que se produjo la quemadura.

Cómo actuar

- Alejar a la persona de la fuente de calor. Quemaduras
- Retirar los objetos que pueden molestar, como son anillos o relojes.
- Baja la temperatura de la zona afectada, si puede ser aplicando agua directamente.
- Retirar la ropa del lesionado, salvo aquellas piezas que están enganchadas a la piel. En superficies quemadas extensas y cuando la ropa está muy adherida, es preferible no tocarla.
- Humedecer paños y aplicarlos sobre la quemadura. Estos se pueden sujetar con una venda, o bien solicitar a la persona afectada que se los aguante.
- Si es posible, elevaremos la región quemada, para disminuir la inflamación.
- No aplicar cremas ni remedios caseros.

Cuándo acudir a un centro sanitario

Una vez realizadas estas acciones es importante que la persona que ha sufrido las quemaduras visite un centro sanitario para que se le pueda valorar, sobre todo si aparecen ampollas o heridas en la zona de la quemadura.

También se debe acudir al centro hospitalario si la quemadura se ha producido en zonas sensibles como la cara, las manos o la zona genital.

Con más motivo si se trata de gente mayor o niños.

¿Cómo cuido de una quemadura de poca importancia en casa?

En las quemaduras leves, la piel se puede poner roja, hincharse ligeramente o ambas cosas a la vez. Puede haber pequeñas ampollas, pero la quemadura solo cubrirá una zona del cuerpo de tamaño reducido.



Para tratar una quemadura leve:

- Extraiga la ropa de la zona quemada, salvo si está pegada a la piel.
- Haga correr agua templada (no fría) o a temperatura ambiente sobre la zona quemada hasta que se alivie el dolor, pero no durante más de 5 minutos. O moje un paño o una toalla limpia en agua templada y póngala sobre la quemadura durante no más de 30 minutos.
- Aplique con suavidad una gasa o vendaje o bien un paño o toalla limpia que sea suave al tacto.
- Si su hijo está despierto y alerta, ofrézcale ibuprofeno o paracetamol para aliviarle el dolor.
- No aplique mantequilla, polvos, pomadas ni grasa u otro tipo de tratamiento casero sobre la quemadura. La podría empeorar.
- No reviente ninguna ampolla que se haya formado en la piel.

Si la persona se hace una quemadura leve, informe a su médico. Pregúntele si debería aplicar una crema hidratante o antibiótica sobre la quemadura. Pregúntele si debe poner la vacuna antitetánica. Si no lleva actualizado su calendario vacunal, tal vez se debería poner esa vacuna para prevenir el tétanos. Programe una visita

con el médico para dentro de unos días para que pueda ver cómo se le está curando la quemadura.

Esté pendiente de posibles signos de infección, como hinchazón, formación de pus, incremento del enrojecimiento o aparición de franjas rojas en la piel que haya alrededor de la zona quemada. Si la quemadura parece estar infectada, informe al médico de inmediato.



¿Se pueden prevenir las quemaduras?

- Tenga cuidado cuando use velas, calefactores, radiadores y planchas para rizar o alisar el cabello.
- Mantenga las bebidas calientes fuera del alcance de los niños.
- Revise la temperatura del agua antes de meter a su hijo dentro de la bañera.
- Revise las pilas de los detectores de humo por lo menos una vez al mes y cámbielas una vez al año.

- Tenga siempre un extintor en la cocina.
- No deje que los niños pequeños jueguen en la cocina mientras otra persona esté cocinando.



Otros factores de riesgo

Existen otros factores de riesgo para las quemaduras, como:

- Las profesiones en las que hay una mayor exposición al fuego;
- La pobreza, el hacinamiento y la ausencia de medidas adecuadas de seguridad;
- Tareas domésticas, como la cocina y el cuidado de niños pequeños, que se confían a niñas;
- Enfermedades preexistentes, como la epilepsia, la neuropatía periférica y discapacidades físicas y cognitivas;
- El consumo excesivo de alcohol y el tabaquismo;

- La facilidad de acceso a sustancias químicas utilizadas para llevar a cabo agresiones (como en los ataques con ácido);
- El uso de queroseno (parafina) como fuente de combustible para electrodomésticos no eléctricos; y
- Unas medidas de seguridad inadecuadas para el gas de petróleo licuado y la electricidad.

Bibliografía

- 1- Jiménez Serrano Rocío, García Fernández Francisco Pedro. Manejo de las quemaduras de primer y segundo grado en atención primaria. Gerokomos [Internet]. 2018 [citado 2025 Feb 21]; 29(1): 45-51. Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1134-928X2018000100045&lng=es.
- 2- Cruz-Nocelo Evelyn Judith, Zúñiga-Carmona Víctor Hugo, Serratos-Vázquez María Concepción. Tratamiento del dolor en pacientes con quemaduras severas. Rev. mex. anestesiología. [revista en la Internet]. 2021 Mar [citado 2025 Feb 21]; 44(1): 55-62. Disponible en: http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0484-79032021000100055&lng=es. Epub 11-Oct-2021. <https://doi.org/10.35366/97778>.
- 3- Roa Gutiérrez Ricardo E., Piñeros Barragán José Luis. Temporary coverage in burns. Cir. plást. iberolatinoam. [Internet]. 2020 [citado 2025 Feb 21]; 46(Suppl 1): 17-22. Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0376-78922020000200006&lng=es. Epub 22-Jun-2020. <https://dx.doi.org/10.4321/s0376-78922020000200006>.
- 4- Monclús Fuertes Enrique, Perales Enguita Alba, Sanz Aranda Ester, Reola Ramírez Enara, Agulló Domingo Alberto. Utilización de matrices dérmicas en quemaduras. Cir. plást. iberolatinoam. [Internet]. 2020 [citado 2025 Feb 21]; 46(Suppl 1): 39-46. Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0376-78922020000200009&lng=es. Epub 22-Jun-2020. <https://dx.doi.org/10.4321/s0376-78922020000200009>.
- 5- Guerra-Martín MD, Lloria CP, Fernández-Rodríguez V. Intervenciones enfermeras en el abordaje de las quemaduras. Rev Cuba Enf. 2019;35(2):1-13.
- 6- Pérez Ramírez JE, Cárdenas Suárez LE, Gonzaga Jaya AM. QUEMADURAS. Tesla rev. cient. [Internet]. 1 de julio de 2022 [citado 21 de febrero de 2025];9789(8788). Disponible en: <https://tesla.puertomaderoeditorial.com.ar/index.php/tesla/article/view/77>

- 7- Lemus-Lima Erlays, Hernández-Pérez Raúl, Izquierdo-Machín Esther, Espinosa-Aguilar Anibal, Seán-Hernández Nelvis. Parametrización de cuidados de enfermería para satisfacer necesidades humanas en personas con lesiones por quemaduras. Rev cubana Enfermer [Internet]. 2021 Sep [citado 2025 Feb 21]; 37(3): Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-03192021000300014&lng=es. Epub 25-Nov-2021.
- 8- Garnica Escamilla Marco Antonio, Hernández Peña Raqueli, Sánchez Zúñiga Martín de Jesús, Tamez Coyotzin Elvira Alejandra, Vázquez Guerra Luis Iván, Garza Carrión Jorge Alberto et al. La vitamina C, implicaciones terapéuticas en el paciente con quemaduras graves. Med. crít. (Col. Mex. Med. Crít.) [revista en la Internet]. 2023 [citado 2025 Feb 21]; 37(2): 134-140. Disponible en: http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2448-89092023000200134&lng=es. Epub 13-mayo-2024. <https://doi.org/10.35366/110449>.
- 9- Abril Beltrán RE. Quemaduras en pediatría. Enferm. investig. [Internet]. 17 de octubre de 2019 [citado 21 de febrero de 2025];3(1 Sup):53-8. Disponible en: <https://revistas.uta.edu.ec/erevista/index.php/enfi/article/view/427>