



Primeros Auxilios para Niños

Tratamiento de Problemas Comunes

Fiebres

Las fiebres son el mecanismo de defensa natural del cuerpo para luchar contra la infección. Aunque es entendible que muchos padres se preocupen cuando sus niños se experimentan fiebres, estas realmente ayudan al cuerpo a deshacerse del exceso de calor mediante el sudor. Cuando su niño tenga fiebre, no lo cubra en exceso, sino que mantenga su cuarto a una temperatura cómoda, más fría. Dele abundancia de líquidos para prevenir la deshidratación (agua, gelatina y sopa líquida son lo más recomendable.). Usted puede darle a su niño un baño tibio y medicina para reducir la fiebre. Llame al doctor cuando la fiebre exceda 102 F y su niño esté llorando o gimiendo mucho, cuando lllore al tocarlo o moverlo, ó si es incapaz de tragar. Siga las recomendaciones de su doctor.

Cortadas y Raspaduras

Si una herida escasamente rompe la piel, lave el área con agua y jabón, golpéela ligeramente al secarse, y aplique ungüento antibiótico (tal como Bacitracin o Neosporin) para prevenir la infección. Cúbrala con una banda limpia y cambie el vendaje diariamente. Para heridas más profundas, aplique presión directamente con una gaza estéril o un trapo limpio. Levante el miembro herido por encima del corazón para controlar el desangre. Una vez deje de sangrar, enjuague el área con agua delicadamente. Nunca limpie incisiones y cortadas profundas con jabón ni aplique antiséptico, porque ambas cosas pueden dañar el tejido sano. Lame al doctor si la cortada es de más de 1/8 de pulgada de profundidad, si la brecha se abre, o si no deja de sangrar después de 5 minutos; si usted nota signos de infección (color rojo, pus, hinchamiento o fiebre) o si su niño no está al día en la vacuna contra el tétano (se aplican a los 2, 4, y 6 meses; 15-18 meses; y 4-6 años).

Esguinces

Para reducir la hinchazón, envuelva una toalla alrededor de una bolsa de hielo y aplíquela sobre la coyuntura lastimada por intervalos de 20 minutos. También ayudará envolver el miembro en un vendaje y mantenerlo elevado. Si es posible deje reposar la coyuntura. Llame al doctor si usted sospecha que ha ocurrido una fractura.

Astillas

Empape el área en agua caliente y extraiga la astilla con pinzas esterilizadas. Si la astilla permanece alojada, adormezca el área con hielo y luego desalójela con una aguja esterilizada. Lave la herida con agua enjabonada y una crema antibiótica. Llame al doctor si el área se infecta.



Primeros Auxilios para Niños

Tratamiento de Problemas Comunes

Fiebres

Las fiebres son el mecanismo de defensa natural del cuerpo para luchar contra la infección. Aunque es entendible que muchos padres se preocupen cuando sus niños se experimentan fiebres, estas realmente ayudan al cuerpo a deshacerse del exceso de calor mediante el sudor. Cuando su niño tenga fiebre, no lo cubra en exceso, sino que mantenga su cuarto a una temperatura cómoda, más fría. Dele abundancia de líquidos para prevenir la deshidratación (agua, gelatina y sopa líquida son lo más recomendable.). Usted puede darle a su niño un baño tibio y medicina para reducir la fiebre. Llame al doctor cuando la fiebre exceda 102 F y su niño esté llorando o gimiendo mucho, cuando lllore al tocarlo o moverlo, ó si es incapaz de tragar. Siga las recomendaciones de su doctor.

Cortadas y Raspaduras

Si una herida escasamente rompe la piel, lave el área con agua y jabón, golpéela ligeramente al secarse, y aplique ungüento antibiótico (tal como Bacitracin o Neosporin) para prevenir la infección. Cúbrala con una banda limpia y cambie el vendaje diariamente. Para heridas más profundas, aplique presión directamente con una gaza estéril o un trapo limpio. Levante el miembro herido por encima del corazón para controlar el desangre. Una vez deje de sangrar, enjuague el área con agua delicadamente. Nunca limpie incisiones y cortadas profundas con jabón ni aplique antiséptico, porque ambas cosas pueden dañar el tejido sano. Lame al doctor si la cortada es de más de 1/8 de pulgada de profundidad, si la brecha se abre, o si no deja de sangrar después de 5 minutos; si usted nota signos de infección (color rojo, pus, hinchamiento o fiebre) o si su niño no está al día en la vacuna contra el tétano (se aplican a los 2, 4, y 6 meses; 15-18 meses; y 4-6 años).

Esguinces

Para reducir la hinchazón, envuelva una toalla alrededor de una bolsa de hielo y aplíquela sobre la coyuntura lastimada por intervalos de 20 minutos. También ayudará envolver el miembro en un vendaje y mantenerlo elevado. Si es posible deje reposar la coyuntura. Llame al doctor si usted sospecha que ha ocurrido una fractura.

Astillas

Empape el área en agua caliente y extraiga la astilla con pinzas esterilizadas. Si la astilla permanece alojada, adormezca el área con hielo y luego desalójela con una aguja esterilizada. Lave la herida con agua enjabonada y una crema antibiótica. Llame al doctor si el área se infecta.

Contusiones/Herida en la cabeza

Aplique una bolsa de hielo, envuelta en un trapo suave al área lastimada, durante unos 20 minutos para reducir el dolor y el hinchamiento. Llame al doctor si se golpea la cabeza, vomita, no se levanta, se vuelve sensible a la luz, se siente mareado, se queja de dolor de cabeza, o pierde su conciencia. Llame inmediatamente si su niño no puede mover la parte herida del cuerpo.

Picaduras de insectos y picazones

Retire el aguijón del insecto usando su uña. Si su niño no puede parar de rascarse, dele un medicamento frío que contenga antihistamina, y aplique una pasta de bicarbonato de sodio y agua al área afectada 2 o 3 veces al día (para una picadura de abeja, frote un poco de amoníaco diluido con agua). Ibuprofen puede ayudar a reducir la hinchazón. Llame al doctor inmediatamente si su niño tiene una reacción alérgica severa (dificultad respiratoria, pérdida de conciencia) o si el dolor y la hinchazón persisten por más de 72 horas.

Salpullido producido por planta.

Para tratar la encina venenosa, la hiedra o el zumaque, aplique loción calamina varias veces al día. Crema hidro-cortisona o una pasta de bicarbonato de sodio mezclada con agua también es efectiva. Llame al doctor si el salpullido es en la cara o si cubre extensamente el cuerpo, si hay infección (ampollas, flujo de pus) o si está acompañado por fiebre; inyecciones de cortisona pueden necesitarse para reducir la inflamación. Una antihistamina oral como Benadryl o Chlortrimeton pueden ayudar a controlar la rascazón. Lea con cuidado las etiquetas de advertencia.

Quemaduras

Con cualquier quemadura, al actuar rápidamente usted puede minimizar posibles complicaciones e incomodidad. Una quemadura de primer grado resulta en enrojecimiento e incomodidad. Una quemadura de segundo grado levanta ampollas, más enrojecimiento y dolor. Si su niño sufre una quemadura de primer o segundo grado, la primera medida debe ser enfriar la piel quemada manteniendo el área quemada bajo el agua fría de la llave por diez minutos. Cubra la quemadura con crema de cortisona y una banda limpia. La banda protege la quemadura de su exposición al aire, lo cual causaría dolor. Las quemaduras extensas requieren una atención médica inmediata. Cubra la quemadura con un trapo húmedo limpio y busque el cuidado de un doctor.

Quemaduras de sol

Aplique una compresa fría o haga que el niño se empape en un baño tibio con $\frac{1}{4}$ de pocillo que contenga bicarbonato de sodio y maizena. Si usted tiene una planta de áloe o gel, exprima una pequeña cantidad de la gel de la hoja sobre su dedo y espársala suavemente sobre la piel quemada infectada. Busque el consejo de un doctor si usted ve que se ampolla.

Producido por:

PARTNERS IN PARENTING (PIP) (800) 457-2736

Colorado Family Education, Resources & Training

Colorado State University Cooperative Extension

Financiado por Alcohol & Drug Abuse Division y CSAP

La información para esta Ayuda PIP ha sido recolectada de una variedad de recursos de investigación.

Contusiones/Herida en la cabeza

Aplique una bolsa de hielo, envuelta en un trapo suave al área lastimada, durante unos 20 minutos para reducir el dolor y el hinchamiento. Llame al doctor si se golpea la cabeza, vomita, no se levanta, se vuelve sensible a la luz, se siente mareado, se queja de dolor de cabeza, o pierde su conciencia. Llame inmediatamente si su niño no puede mover la parte herida del cuerpo.

Picaduras de insectos y picazones

Retire el aguijón del insecto usando su uña. Si su niño no puede parar de rascarse, dele un medicamento frío que contenga antihistamina, y aplique una pasta de bicarbonato de sodio y agua al área afectada 2 o 3 veces al día (para una picadura de abeja, frote un poco de amoníaco diluido con agua). Ibuprofen puede ayudar a reducir la hinchazón. Llame al doctor inmediatamente si su niño tiene una reacción alérgica severa (dificultad respiratoria, pérdida de conciencia) o si el dolor y la hinchazón persisten por más de 72 horas.

Salpullido producido por planta.

Para tratar la encina venenosa, la hiedra o el zumaque, aplique loción calamina varias veces al día. Crema hidro-cortisona o una pasta de bicarbonato de sodio mezclada con agua también es efectiva. Llame al doctor si el salpullido es en la cara o si cubre extensamente el cuerpo, si hay infección (ampollas, flujo de pus) o si está acompañado por fiebre; inyecciones de cortisona pueden necesitarse para reducir la inflamación. Una antihistamina oral como Benadryl o Chlortrimeton pueden ayudar a controlar la rascazón. Lea con cuidado las etiquetas de advertencia.

Quemaduras

Con cualquier quemadura, al actuar rápidamente usted puede minimizar posibles complicaciones e incomodidad. Una quemadura de primer grado resulta en enrojecimiento e incomodidad. Una quemadura de segundo grado levanta ampollas, más enrojecimiento y dolor. Si su niño sufre una quemadura de primer o segundo grado, la primera medida debe ser enfriar la piel quemada manteniendo el área quemada bajo el agua fría de la llave por diez minutos. Cubra la quemadura con crema de cortisona y una banda limpia. La banda protege la quemadura de su exposición al aire, lo cual causaría dolor. Las quemaduras extensas requieren una atención médica inmediata. Cubra la quemadura con un trapo húmedo limpio y busque el cuidado de un doctor.

Quemaduras de sol

Aplique una compresa fría o haga que el niño se empape en un baño tibio con $\frac{1}{4}$ de pocillo que contenga bicarbonato de sodio y maizena. Si usted tiene una planta de áloe o gel, exprima una pequeña cantidad de la gel de la hoja sobre su dedo y espársala suavemente sobre la piel quemada infectada. Busque el consejo de un doctor si usted ve que se ampolla.

Producido por:

PARTNERS IN PARENTING (PIP) (800) 457-2736

Colorado Family Education, Resources & Training

Colorado State University Cooperative Extension

Financiado por Alcohol & Drug Abuse Division y CSAP

La información para esta Ayuda PIP ha sido recolectada de una variedad de recursos de investigación.