



# Prevención de quemaduras en la infancia



## Las quemaduras...

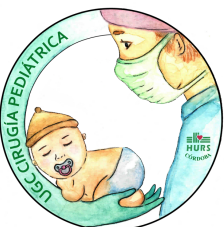
Son accidentes frecuentes en la infancia. Son la cuarta causa de muerte violenta en niños, y son especialmente frecuentes entre los 12 y los 24 meses de vida.

Las quemaduras más frecuentes cuando son más pequeños, en los primeros meses de vida, son durante el baño o la toma de alimentos. Cuando el niño comienza a gatear o a caminar, la frecuencia de estos accidentes aumenta exponencialmente.

Es por ello que, desde el nacimiento del niño, debemos ser prudentes para evitar una quemadura de cualquier origen. El 90% de estos accidentes ocurren en el hogar (especialmente en la cocina durante la preparación de alimentos). Son, además, muy habituales las quemaduras durante el aseo. La mayoría de las quemaduras son superficiales y de poca extensión corporal, pero pueden ocasionar graves secuelas funcionales, psicológicas y estéticas y, en algunas ocasiones, provocar la muerte del niño.



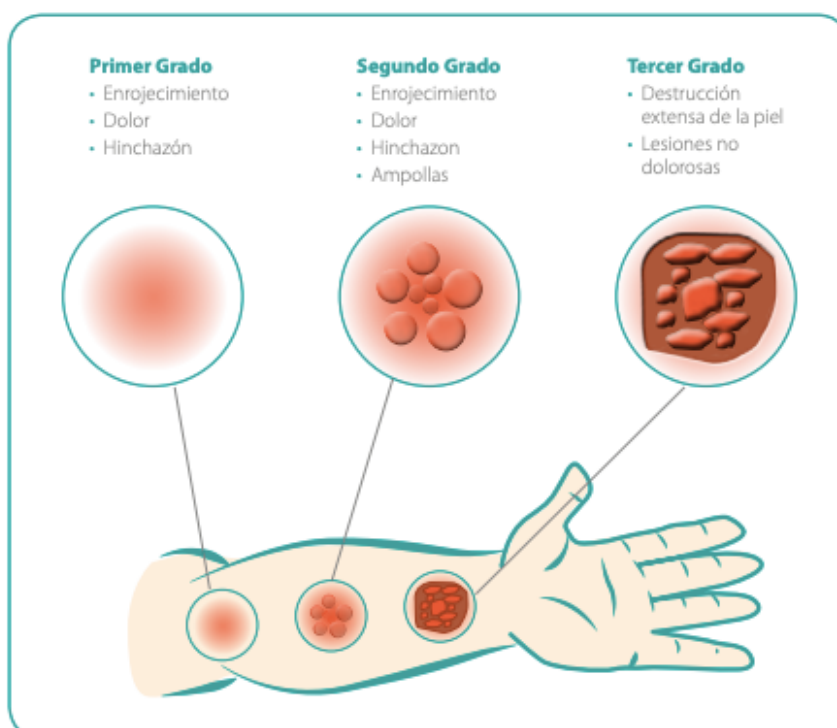
*Es esencial la colaboración de los padres y cuidadores*





*Distribución de las indicencia de quemaduras en Europa por edades*

- **Primer grado:** Se definen así las quemaduras en las que se afecta sólo la capa más superficial de la piel (la epidermis). El ejemplo típico es la quemadura por exposición solar. Son dolorosas y no dejan secuelas estéticas.
- **Segundo grado:** Afecta a la epidermis y a la capa más profunda: la dermis. Son también dolorosas y presentan ampollas.
- **Tercer grado:** Afecta a todo el espesor de la piel. Se destruyen las terminaciones nerviosas, por lo que no duelen a pesar de su gravedad. La piel de los niños es hasta 15 veces más fina que la de los adultos, por ese motivo, se quema a temperaturas más bajas y con una mayor profundidad.



Cuanto más profundas son las quemaduras y a más regiones del cuerpo afecten, más peligro correrá el niño más rápido deberá de ser el tratamiento. Existen legislaciones específicas para la prevención de este tipo de accidentes. La OMS y la ONU evidencian la importancia de una gestión en salud pública respecto a las quemaduras. Pero, ¿qué podemos realizar nosotros para hacer que nuestro colegio, hogar y lugares donde se encuentran nuestros pequeños sean seguros?

## QUEMADURAS SOLARES

El 90% de las quemaduras solares en los niños pueden prevenirse. La melanina es el pigmento protector de la piel. Las personas con piel y ojos claros tienen menos melanina y, por eso, se queman con más facilidad. Los niños con lunares y pecas son también más sensibles.

El cáncer de piel es una enfermedad maligna en la que las células de la piel crecen de forma incontrolada e invaden tejidos vecinos o incluso a distancia (metástasis). Existen distintos tipos, pero en todos, el factor de riesgo más relacionado es la radiación solar. Es por esto muy importante proteger a nuestros pequeños del sol.

Los síntomas de las quemaduras pueden empezar a apreciarse hasta 6 horas tras la exposición al sol. Varios días tras una quemadura la piel comienza a pelarse. Se pueden acompañar de síntomas generales tales como dolor de cabeza, náuseas y vómitos, escalofríos, fiebre y disminución del nivel de consciencia. Es la llamada “insolación”.



## ¿Cuándo acudir al médico?

- ☞ Si presenta síntomas de insolación: dolor de cabeza o tendencia al sueño
- ☞ Cuando presenta una gran superficie corporal quemada. Sobre todo, si presenta ampollas.
- ☞ Si presenta síntomas de deshidratación, como sequedad de ojos y boca.
- ☞ Si tiene los ojos afectados por la quemadura solar: enrojecidos e inflamados.

## Importante

- ★ La exposición al sol provoca lesión en la piel incluso una persona de piel oscura
- ★ Los bebés y los niños son los más sensibles al sol.
- ★ Los rayos del sol son más fuertes entre las 10:00 y las 16:00 horas. El reflejo del sol en el agua, arena y nieve puede aumentar esa fuerza solar.
- ★ Existen fármacos que hacen la piel más sensible a las quemaduras.

## Medidas generales de prevención

- Permanecer alejado del sol en las horas más peligrosas.
- Utilizar protectores solares: Bloquean la penetración de los rayos ultravioletas, pero nunca en un 100%. Debe elegirse un bloqueador solar que filtre los rayos ultravioletas tanto A como B. Hay que aplicar el protector en todas las zonas del cuerpo: orejas, labios, plantas de los pies, palmas de las manos... teniendo cuidado en la región de alrededor de los ojos. Tiene que aplicar el protector al menos 30 minutos antes de salir de casa y posteriormente cada dos horas, sobre todo cuando la persona se bañe o sude. Deben usarse cremas resistentes al agua. Debe cubrirse a los niños más pequeños con camisetas y gorro, manteniéndolo el máximo tiempo posible a la sombra.
- Los bebés menores de 6 meses nunca deben de estar bajo los rayos directos del sol.



# QUEMADURAS TÉRMICAS

## 1. Quemaduras con fuego, llamas y otras fuentes de alta temperatura

Son más frecuentes en niños de entre 3 y 6 años. Los elementos con fuego llaman especialmente la atención de los niños. Además, los juegos con petardos, bengalas y otros juegos pirotécnicos,



pueden resultar muy peligrosos con daños en las manos, cara y ojos. Estos son más frecuentes en niños varones entre los 12 y los 15 años. Pueden provocar quemaduras de 2º y 3º grado con graves secuelas estéticas y funcionales. Además, amenazan la vida del paciente cuando la superficie corporal afectada es extensa o si se inhala humo.

## Medidas generales de prevención

- Puede ser de utilidad instalar un detector de humos. Se ha demostrado que las casas con detector de humos tienen la mitad de lesiones y fallecimientos por fuego que las que no tienen estos dispositivos.
- Debe mantenerse alejado al niño de cerillas, mecheros, líquidos inflamables. No utilizarlos en su presencia.
- Se deben mantener los cigarrillos y velas alejados de los niños pues pueden tirarlos.
- Evitar que el niño entre en la cocina
- Los niños no deben jugar con petardos ni bengalas.

## 2. Quemaduras por líquidos calientes (escaldadura)

Los líquidos y el agua caliente con el contacto con la piel producen las llamadas escaldaduras.

Éstas son las quemaduras más frecuentes en la infancia, sobre todo en los niños menores de 2 años. Las partes más comúnmente afectadas son las manos, brazos y cuello. Un niño expuesto a un líquido a 60° C durante 3 segundos sufrirá quemaduras de tercer grado. Existen, por ello, declaraciones a nivel europeo que están tratando de limitar la temperatura del agua que se obtiene en las casas a 50° C.

## Medidas generales de prevención en la cocina

- Debe impedirse, en la medida de lo posible, que los niños entren en la cocina. Si no es factible han de ser supervisados en todo momento.
- Se ha de adquirir la costumbre de girar los mangos de las sartenes y cazuelas para que no sobresalgan del mueble de la cocina.
- El mueble de la cocina debe de ser inmóvil para que no bascule provocando que caigan líquidos o alimentos sobre el niño.
- No se deben dejar sillas cerca que el niño pueda utilizar para trepar.

## Medidas generales de prevención en el baño

- Existen aparatos especiales que impiden que el agua de la ducha salga a altas temperaturas (mayores de 50 °C); es recomendable su uso.
- Conviene recordar que la temperatura que al niño le provoca quemaduras es una temperatura que nosotros podemos tomar como “normal”.
- Deben colocarse pegatinas antideslizantes en el suelo de la bañera.
- Se debe remover el agua antes de probar la temperatura. Puede ocurrir que el agua más superficial esté menos caliente.
- El viejo truco de probar el agua con el codo tiene su fundamento en que es una zona más sensible al calor, las manos pueden aguantar temperaturas mucho mayores. Es mejor si se mide con un termómetro.
- Hay que alejar objetos eléctricos de la bañera
- No se debe dejar nunca al niño sólo en el baño.



### 3. Quemaduras por ingesta de líquidos calientes

Son más frecuentes durante el primer año de vida, sobre todo con la leche del biberón. Pueden ocasionar quemaduras graves en la boca y labios provocando un edema e inflamación tan importante que ocasione una obstrucción del sistema respiratorio y amenace la vida del niño.

#### Medidas generales de prevención

- Los calienta-biberones son más aconsejables que el microondas, porque éste calienta los líquidos de forma desigual de modo que el niño se puede quemar.
- Hay que comprobar la temperatura del biberón siempre. Por ejemplo, derramando unas gotitas sobre la parte interior de la muñeca.
- Los grumos pueden adquirir altas temperaturas, hay que disolver toda la mezcla antes de administrarla.



## QUEMADURAS ELÉCTRICAS

Son las menos frecuentes. Pueden ser de alto y de bajo voltaje. Las de alto voltaje son muy graves y más frecuentes en la adolescencia. Las de bajo voltaje son las ocasionadas por contacto con enchufes, cables pelados, electrodomésticos en mal esta, etc. Afectan a las manos y a la boca y pueden provocar cicatrices y graves secuela.

## Medidas generales de prevención

- Instalar en todos los enchufes de la casa artículos de seguridad específicos.
- No debemos de manipular enchufes ni cableado cuando los niños nos vean.
- Se deben desenchufar los electrodomésticos si no se utilizan.
- Antes de manipular enchufes o cables hay que desconectar previamente la corriente eléctrica general.
- No se deben tocar ni enchufes ni electrodomésticos con las manos húmedas. En el baño hay que tener cuidado cuando el niño ande descalzo, con los pies húmedos, porque puede tocar cualquier aparato eléctrico.
- Se debe evitar, en lo posible, el uso de alargaderas y conexiones de enchufes múltiples



M<sup>a</sup> Rosa Ibarra Rodríguez  
UGC Cirugía Pediátrica  
Hospital Reina Sofía, Córdoba  
15 Enero 2021

