



## QUEMADURAS

---

1. Enfriar la zona afectada durante 10-15 minutos con agua fría.
  2. Lavar con suero fisiológico.
  3. Aplicar una capa fina de Furacín.
  4. Impregnar muy bien una gasa estéril extendida con vaselina para tapar la quemadura.
  5. Fijar con esparadrapo.
  6. Tratar de que le dé el sol lo menos posible.
- 

## PICADURAS DE INSECTOS

---

Si no hemos conseguido evitarlas usando la manga larga, mosquiteras y/o un buen repelente, aplicaremos una fina capa sobre la picadura de la crema con corticoide. Es interesante preguntar a los locales como las evitan y tratan ellos.

---

## SANGUIJUELAS

---

Nunca intentar quitarlas con pinzas. Rociarlas con un cítrico (antimosquitos con citronella por ejemplo), sal u orina. Aplicar tabaco para conseguir frenar la hemorragia. Si es sólo una, dejarla que se suelte sola.

---

## GARRAPATAS

---

Nunca intentar quitarlas con pinzas. Lo mejor es cubrirlas con aceite o con crema hidratante, poner una tirita encima y al día siguiente retirar la tirita. Se habrán desprendido solas.

---

## HERIDAS

---

1. Lavar MUY BIEN con agua y jabón.
  2. Aclarar con suero fisiológico.
  3. Secar con toques suaves con gasa estéril. Si la herida es superficial es bueno dejarla al aire y es suficiente con mantenerla limpia y seca. Dar unos toques suaves con Povidona iodada. Si ha sido una herida muy sucia, una vez limpia se puede aplicar Furacín y cubrir con una gasa impregnada con un poco de vaselina para que no se pegue a la herida y fijar con esparadrapo. Las curas deben hacerse todos los días. Las cicatrices deben de protegerse del sol.
- 

## CONTUSIONES

---

Aplicar frío lo antes posible sobre la zona golpeada (siempre envuelto en una tela para no provocar una quemadura por el hielo) manteniéndolo el tiempo suficiente para evitar la inflamación. Si la contusión ha sido en la cabeza hay que vigilar al contusionado y en caso de vómitos, adormecimiento, sangrado por oído o visión borroso dirigirse inmediatamente a un centro hospitalario.

---

## HEMORRAGIAS

---

Hacer fuerte presión con una gasa estéril sobre el punto de sangrado. No se recomiendan los torniquetes. Si la hemorragia es nasal, hacer una pinza con los dedos índice y pulgar y presionando en la parte superior de la nariz. El paciente permanecerá sentado sin flexionar la cabeza hacia detrás. Con un trozo de gasa con un poquito de vaselina podemos hacer un taponamiento.

---

## DIARREAS

---

Lo más importante es estar bien hidratado, tomando suero oral, Aquarius o una limonada (1 litro de agua, el zumo de un limón con un poquito de sal, sacarina y la punta de un cuchillo de bicarbonato).

Beber a tragos cortos y frecuentes.

No se recomiendan los antidiarréicos.

Ir comiendo poco a poco y según apetezca comidas suaves como puré de patata con zanahoria y/o calabaza, arroz blanco, pescado y pollo hervido.

El primer día mejor evitar lácteos y una vez superado, tomar yogurt.

---

## VÓMITOS

---

Empezamos dejando el estómago en reposo mientras los vómitos existan. Iniciamos tolerancia con algún líquido dulce (podemos usar Coca-Cola batida o agua azucarada) a tragos muy cortos. Aunque se tenga mucha sed es muy importante que se beba muy poquito (como una cucharada sopera) para no provocar de nuevo el vómito. Si son abundantes y persisten acudir a un centro sanitario.

---

## FIEBRE

---

Si es menor de 38° C mantener al enfermo en ambiente fresco y ligero de ropa. Se pueden poner paños frescos en frente, axilas e ingles.

Si es más elevada, además de estas medidas físicas daremos Paracetamol cada 8 horas. Si a las cuatro horas vuelve subir, podemos alternar con Ibuprofeno.

Ejemplo:

12:00 Paracetamol 1g

04:00 Ibuprofeno 600mg

08:00 Paracetamol 1g

12:00 Ibuprofeno 600mg

16:00 Paracetamol 1g

20:00 Ibuprofeno 600mg

Esta pauta también la podemos seguir para el DOLOR.

Son dosis para adultos.

ADVERTENCIA: Nunca tomar mas de 4g / día de Paracetamol, ni más de 2,6 g/día de Ibuprofeno.

---

## MORDEDURAS

---

1. Lavar muy bien la herida con agua y jabón.
2. Ir a un centro sanitario para que realicen la cura.

ADVERTENCIA: Las mordeduras nunca se cosen con puntos ni grapas.

Siempre hay que tomar antibiótico pautado por un médico y en caso de no estar vacunado, vacuna antitetánica, y algún analgésico (Paracetamol o Ibuprofeno).

Si es posible, comprobar cartilla vacunal del animal en caso de perros o gatos.

---

