



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 18 – MAYO DE 2009

“¡NO TE QUEMES”

AUTORÍA MARÍA DEL MAR ORTIZ DE LAZCANO LOBATO
TEMÁTICA SALUD
ETAPA EDUCACIÓN INFANTIL

Resumen

Los niños y las niñas están en continuo movimiento, les gusta explorar todos los rincones y objetos de la casa o de la escuela y, por lo tanto, están expuestos a muchos peligros. Debemos tomar las medidas necesarias para procurar evitar los accidentes infantiles; primera causa de mortalidad infantil.

Trabajaremos para que nuestros pequeños/as adquieran los hábitos necesarios y útiles para la salud que desarrollarán día a día en su vida cotidiana.

Palabras clave

Educación en salud, prevención de accidentes, quemaduras, tratamiento, familias.

1. ¿QUÉ ES UN ACCIDENTE?

La OMS define la salud como un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solo como la mera ausencia de enfermedad o dolencia. La Educación para la Salud comprende aquellas actividades de educación e información capaces de crear una situación en la que la gente desee estar sana, sepa cómo alcanzar la salud, haga lo que pueda individual y colectivamente para mantenerla y busque ayuda en caso de necesitarla (36ª Asamblea Mundial de la Salud).

Por su parte, entendemos por accidente infantil todo suceso eventual o acción fortuita que provoca daños en el niño/a de manera involuntaria. A partir de los 3 años, el 57% de los accidentes se producen en la escuela o en el trayecto a la misma; el 90% de los accidentes pueden evitarse.

La mejor manera de prevenirlos consiste en el uso correcto de los elementos que nos rodean, extremando los cuidados en torno a las cosas que con más frecuencia los causan (ejemplo: contar con dispositivos de seguridad en las instalaciones eléctricas).



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 18 – MAYO DE 2009

La prevención de accidentes es un problema complejo porque requiere tanto de medidas técnicas como educativas (escolares y familiares). La seguridad infantil no depende de actitudes sobreprotectoras que les alejen de los peligros, sino de la educación que reciban para afrontarlos de forma autónoma. Y aquí todos tenemos un papel primordial:

♦ En primer lugar, creando un ambiente seguro para el niño/a, eliminando en lo posible los riesgos que para cada edad se presentan en su entorno.

♦ En segundo lugar, educando y conociendo al niño/a, sabiendo qué capacidades tiene, qué situaciones es capaz de afrontar y ayudándole a desarrollar habilidades que le permitan enfrentarse con la máxima seguridad a los riesgos, favoreciendo su capacidad de análisis crítico sobre los factores intervinientes en un accidente y las medidas a adoptar en tal suceso.

2. ¿QUÉ SON LAS QUEMADURAS?

Las quemaduras son lesiones en la piel causadas por agentes térmicos, eléctricos, químicos o radioactivos. El mecanismo común de todas las quemaduras es la desnaturalización de la proteína, que tiene como consecuencia lesión o muerte celular. Un gran problema que afecta al quemado es la infección.

La extensión de la lesión corresponde al tipo de agente y a la duración y la intensidad de su acción (así podemos clasificar las quemaduras como primero, segundo o tercer grado).

-En las quemaduras de primer grado (la más superficial), la lesión se limita a la capa externa de la epidermis, con aumento de calor, hipersensibilidad, etc. Cura espontáneamente en 3-4 días, sin cicatriz.

-En las quemaduras de segundo grado la lesión se extiende a través de la epidermis y afecta a la dermis, pero no lo bastante como para interferir con la regeneración rápida del epitelio. Estas lesiones curan espontáneamente pero de manera lenta (poco a poco), pudiendo necesitarse unas tres semanas para ello.

-En las quemaduras de tercer grado quedan destruidas tanto la epidermis con la dermis. Dejan siempre cicatriz en la zona y a veces requieren injertos cutáneos. Las víctimas de graves quemaduras pueden necesitar una dieta calórica elevada, que contenga hierro y vitaminas en abundancia, y que sea también rica en proteínas para recuperar las pérdidas en el plasma.

- Quemaduras térmicas

Son las producidas por contacto directo con una fuente de calor y las más frecuentes de todas. Su principal característica evolutiva es que la agresión tiende a cesar espontáneamente al retirarse o enfriarse el agente causal.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 18 – MAYO DE 2009

-El contacto con líquidos a temperaturas elevadas suelen originar quemaduras extensas, cuya profundidad dependerá de la temperatura y la viscosidad del líquido.

-Si las quemaduras se deben a contacto con llamas, además de su acción lesiva pueden incendiar los vestidos, aumentando la extensión y gravedad de las quemaduras. En incendios en lugares cerrados puede establecerse el denominado síndrome de inhalación de humo, que origina un cuadro de insuficiencia respiratoria.

- Quemaduras eléctricas

Son las producidas por contacto con un conductor eléctrico. Toda quemadura producida por una descarga eléctrica debe ser vista por un médico. Cuando la cantidad de electricidad que ha pasado por el cuerpo es elevada, pueden producirse alteraciones de ritmo cardíaco, paros cardíacos u otros trastornos internos.

Ante una quemadura eléctrica nunca deberemos tocar al accidentado sin comprobar que no está en contacto con la corriente eléctrica.

- Quemaduras químicas

Son debidas al contacto con determinadas sustancias que alteran notablemente los tejidos (amoníaco, sosa cáustica, ácido sulfúrico...). La principal característica de este tipo de quemaduras es que el agente responsable sigue actuando mientras no sea eliminado.

- Quemaduras radioactivas

Son consecuencia de las radiaciones ionizantes sobre los tejidos.

En este grupo de quemaduras podemos destacar la **quemadura solar**, resultado inmediato del daño que el sol produce sobre la piel. Los primeros signos son enrojecimiento y sensación de quemazón, causados por un mayor aporte de sangre a la piel. Lesiones más graves producirán ampollas más grandes y pueden dañar las células de la epidermis.

Una sobreexposición al sol puede llegar a producir una lesión irreversible en nuestra piel. Por ello, es fundamental aprender a “tomar el sol”, exponiéndonos al mismo de forma gradual y prudente, y protegiendo nuestro cuerpo debidamente.

Del mismo modo, debemos tener presente que el excesivo ardor de los rayos solares, actuando directa, intensa y prolongadamente sobre la cabeza, puede originar una insolación, con sus respectivos síntomas según la gravedad de la lesión. En tal caso, se colocará al lesionado, especialmente su cabeza, en un lugar aireado y protegido de la acción solar (a la sombra o en una habitación fresca y bien ventilada), aplicando sobre la cabeza agua fría o bolsas de hielo.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 18 – MAYO DE 2009

2.1 Aspectos psicológicos y sociales

- Los terribles pirómanos

Podemos distinguir tres tipos:

- 1.- Pequeños/as con atracción especial al fuego.
- 2.- Niños/as que buscan ser el centro de atención.
- 3.- Los/as que destruyen por el simple hecho de destruir (disfrutan destruyendo). Son más mayores.

En los niños de 5 a 10 años, las quemaduras son más frecuentes en los chicos que en las chicas, ya que a los primeros les atraen más los juegos bélicos y de riesgo.

- El rechazo de la sociedad

Aún hoy día existen prejuicios hacia las personas diferentes y enfermas, sobretodo aquellos/as que tienen afectadas las partes expuestas como la cara y las manos.

Son muchos los adelantos en cirugía y estética para “dar solución” a algunos de estos “problemas”. No obstante, debemos ser conscientes que el rechazo puede conllevar (además de las secuelas físicas y negativas para la persona afectada) consecuencias traumáticas en el futuro.

2.2 ¿Cómo prevenir las quemaduras?

El accidente no es sólo fruto del azar, sino que en él confluyen otras causas y factores de índole personal y ambiental. Es en estos factores sobre los que se plantea la posibilidad de intervención de modo que se eliminen o reduzcan los riesgos.

- Factores del entorno: Lugar de la casa (la cocina, cuarto de baño, piscina...); lugar de la escuela (recreo, patios, escaleras...), objetos diversos: enchufes, estufas, objetos punzantes, medicamentos, pilas...
- Factores inherentes al niño/a: Edad, sexo (varones), comportamiento y actitudes (atrevidos, temerarios, inquietos...)
- Factores inherentes a los padres y educadores: Despreocupación de padres y educadores; excesiva protección, desconocimiento...



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 18 – MAYO DE 2009

◇ Padres, madres y comunidad educativa debemos preocuparnos de los riesgos que conllevan muchas de las situaciones que se viven día a día en el hogar y en la escuela y que son la causa de la mayoría de los accidentes que sufren los niños/as. Por ello, podemos elaborar un pequeño **cuestionario** para nuestros padres y madres, con el objeto de reflexionar y comentar las situaciones que se producen en casa. Especificarán algunos datos como su nombre, profesión, cuántos miembros componen la unidad familiar y el número de hijos/as con sus edades correspondientes.

Algunos ítems y preguntas a evaluar podrían ser las siguientes:

- Enumerar los lugares de la casa más propensos a que ocurran accidentes.
- Enumerar entre algunos accidentes dados (como quemaduras, caídas, cortes, etc) los más comunes.
- Centrándonos en las quemaduras, comentar las causas más habituales por las que pueden producirse (fuego de la cocina, aceite hirviendo, la plancha...).
- ¿Cuál es la actuación de los padres y madres cuando el niño/a sufre una quemadura? ¿Y su reacción ante otros accidentes?
- Saber si permiten a los niños/as realizar tareas en casa que conlleven un riesgo de quemaduras como encender la estufa o calentar leche y dónde se encuentran ellos en ese momento.
- Saber si son conscientes de medidas a adoptar para prevenir accidentes como las quemaduras.

◇ Alrededor del 80% de las quemaduras accidentales se producen en el hogar y se deben a la ignorancia, el descuido y la curiosidad de los niños/as.

Algunas medidas preventivas que podemos llevar a cabo en la escuela y/o casa son:

- Tener siempre a mano un extintor.
- Evitar bloquear las puertas de salida.
- Tener planeado y ensayar una ruta de escape en caso de incendio.
- Retirarse del lugar del incendio, asegurándose de que no quedan personas allí y cerrando todas las puertas y ventanas para evitar la propagación del humo y fuego.
- Enseñar a los niños/as el peligro del fuego.
- Mantener los enchufes en buen estado.
- Desenchufar los aparatos que no se estén utilizando (siempre tirando de la clavija).
- No dejar tomas eléctricas sin el debido aislamiento.
- No sobrecargar los circuitos eléctricos.
- Evitar dejar al niño/a solo.
- No dejar el botiquín (con líquidos inflamables como alcohol) abierto ni al alcance de niños/as.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 18 – MAYO DE 2009

- Guardar los productos de limpieza del hogar donde los niños/as no los toquen.
 - Mantener las cerillas y/o mecheros lejos del alcance de niños/as (pues les atraen mucho).
 - Apagar perfectamente las cerillas y colillas de cigarrillos.
 - Evitar que los mangos de las sartenes estén hacia fuera.
 - No dejar ningún alimento puesto al fuego ni aparatos eléctricos encendidos si se sale de casa.
 - Usar cremas protectoras contra las radiaciones solares.
 - Evitar, en la época de verano, la exposición al sol entre las 12:00 y las 16:00 horas.
- ...

2.3 Tratamiento

Las quemaduras ocupan uno de los primeros puestos en cuanto a accidentes en la edad infantil. Cuando se produce una quemadura es fundamental un tratamiento adecuado:

- Aplicar agua fría sobre la zona afectada.
 - Mantener la quemadura lo más limpia posible.
 - No reventar las ampollas si éstas llegan a formarse.
 - No aplicar nunca pasta de dientes o mantequilla sobre la quemadura.
 - Administrar al accidentado pequeñas cantidades de agua para compensar la pérdida de líquido.
 - Cubrir la parte afectada con un paño limpio y seco.
 - No presionar ni frotar la quemadura.
 - No provocar el vómito de una persona que haya bebido algo corrosivo, hasta que no haya ingerido abundante leche.
 - Si la quemadura es grave, acudir inmediatamente a un centro médico.
- ...

En caso de quemaduras por llamas y si el niño/a tiene partes de su ropa ardiendo, debemos tumbarlo en el suelo al tiempo que apagamos las llamas con una manta o cualquier prenda de vestir (abrigo, chaquetón...). Envolveremos la zona quemada con sábanas limpias mojadas en agua fría para aliviar el dolor y aminorar el calor en el organismo.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 18 – MAYO DE 2009

Cuando alguien está muy quemado entre los dedos, axila u otras coyunturas, hay que mantenerlas separadas para que no queden pegadas al cicatrizar. Para ello se puede poner una gasa untada en vaselina entre las partes quemadas.

¿Qué debe contener un buen botiquín?

- ◆ Para las curas externas
 - Gasas, algodón, esparadrapo.
 - Vendas y tiritas.
 - Alcohol de 90°C
 - Agua oxigenada.
 - Mercromina.
 - Trombocil (para golpes)
 - Pinzas y tijeras de punta redondeada.

- ◆ Para la fiebre
 - Termómetro
 - Aspirina infantil

Cada cierto tiempo es conveniente revisar el botiquín con el fin de reponer aquello que falta o tirar las medicinas que hayan sobrepasado la fecha de caducidad.

3. OBJETIVOS

- Tomar conciencia de posibles accidentes y sus principales causas.
- Adoptar actitudes y conductas positivas que favorezcan el desarrollo de la personalidad infantil.
- Generar un estilo de vida saludable modificando hábitos, si fuera necesario, para la conservación y promoción de la salud.
- Conocer y aplicar medidas de seguridad elementales en los diversos lugares y entornos: en la calle (seguridad vial), en la casa, en el colegio.
- Habitarse a reflexionar sobre las propias capacidades y limitaciones a la hora de afrontar posibles riesgos y adquirir las capacidades necesarias.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 18 – MAYO DE 2009

- Detectar factores del entorno que puedan ocasionar accidentes.
- Realizar acciones que lleven a modificar los factores anteriores, por si mismos o instando a vías institucionales.
- Estar capacitado para prestar primeros auxilios en caso de accidente.
- Crear una mentalidad crítica que les ayude a promocionar su salud, evitando riesgos.

4. CONTENIDOS

4.1 Conceptuales:

- Tipos de accidentes infantiles
- Las quemaduras: tipos, causas, prevención y tratamiento.
- Educación para la salud
- Educación vial

4.2.Procedimentales:

- Identificación de los factores de riesgo de quemaduras.
- Desarrollo progresivo de una conciencia crítica que permita afrontar situaciones de forma saludable.
- Descripción de los comportamientos adecuados en siniestros de fuego (plan de evacuación).

4.3 Actitudinales:

- Conductas seguras frente a factores de riesgo de accidentes (quemaduras).
- Confianza en las propias posibilidades a la hora de desempeñar tareas.
- Prestación de primeros auxilios.
- Participación activa en juegos y actividades propuestas.

5. METODOLOGÍA

Es necesario ofrecer a los niños/as modelos de referencia y la información necesaria para desarrollar actitudes de aprecio y respeto por la salud y el bienestar propio y de los demás. Les proporcionaremos información acerca de la protección ante el peligro, la prevención de accidentes y la conveniencia de determinados objetos de consumo.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 18 – MAYO DE 2009

Las actividades deben enfocarse de un modo activo y participativo, teniendo presente cuestiones como mantener siempre un punto de vista positivo, procurar no crear angustias ni miedos, prestar atención teniendo en cuenta las características individuales, organizar actividades basadas en el juego, aprovechar los centros de interés para proponer actividades sobre el tema...

6. ACTIVIDADES

- El momento diario en la asamblea, permite que todos/as dialoguemos sobre cuestiones de interés, escuchándonos unos a otros, nuestras experiencias, aportando ideas, etc.

- Observar la clase, la casa, el colegio y la calle. Buscar, si existe, algún elemento de peligro para los niños/as: fuego, productos tóxicos, electricidad, objetos cortantes, etc. Comentar las normas de seguridad que se deben tomar en cuenta en cada caso.

- Conversar en clase sobre experiencias de los niños/as relacionadas con este tema (accidentes, quemaduras...): si ayudan en tareas a los papás y mamás, ¿cuándo y a qué juegan?, si están solos/as, ¿qué hacen si se caen?... Aprenderemos la importancia de lavar una herida con agua y jabón, no jugar con objetos punzantes o cortantes, etc.

- Ver algún vídeo sobre el tema. Por ejemplo: una excursión a la playa: ¿Cómo cruzar la calle?, ¿Cómo ir en el autobús?, ¿Qué hacer en la playa para protegernos del sol?, etc.; o un vídeo de cómo apagar un pequeño fuego. Posteriormente al diálogo sobre el mismo, se puede pasar a su dramatización/ejemplificación.

- Después de estos momentos en la alfombra, reforzaremos lo visto y comentado con diferentes fichas de trabajo individuales o grupales. Por ejemplo:

- Colorear distintos dibujos que muestren peligro de quemaduras (plancha, lejía, enchufe, cerillas, sartén...).

- Realizar murales con dibujos de acciones que el niño/a puede hacer (son correctas) y las que no debe hacer (incorrectas).

- La hora de psicomotricidad, va a permitirnos realizar actividades deportivas en las que introduzcamos estos aspectos. Así por ejemplo, dividiremos la clase en dos grupos: un grupo será el fuego y el otro grupo mangueras con aguas. Los niños/as que sean agua deberán pillar a los/as que sean fuego; después cambiaremos los roles.

- El colegio se convierte en uno de los lugares más cercanos para el niño/a. En él pasa muchas horas y es muy importante que lo conozca y se sienta seguro/a. En un recorrido por el mismo,



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 18 – MAYO DE 2009

buscaremos las zonas en las que se encuentran los extintores, les indicaremos por dónde salir si se produce un incendio, qué actitud deben adoptar... Para esto último, contamos con los conocidos “simulacros”; al escuchar la alarma, abandonamos la clase, con la precaución de cerrar ventanas y puertas (el educador) y nos dirigimos a un lugar seguro “donde el fuego no pueda alcanzarnos”.

- ¡Vienen los bomberos!

Aprovechando el alto grado de interés y curiosidad que provoca esta profesión en nuestros pequeños/as y para que comprendan mejor algunos peligros del fuego, se puede plantear (a nivel de ciclo por ejemplo) pedir a los bomberos que nos visiten en el colegio, y enseñen al alumnado cómo actúan en una emergencia, qué ropa usan, para qué sirven los objetos que utilizan, etc. Esta actividad adquiere un carácter lúdico, al permitir a los niños/as subir al camión, tocar una manguera o jugar con el agua.

Si el parque de bomberos está cerca del colegio, se puede organizar una salida al mismo. En ésta como en otras salidas, cruzaremos siempre la calle por lugares señalizados con semáforo y/o paso de cebra, siguiendo las indicaciones que les demos y volviendo inmediatamente a la acera correspondiente. Así estaremos insistiendo en otro aspecto primordial en la prevención de accidentes: la seguridad vial.

7. EVALUACIÓN

A la hora de realizar la evaluación atenderemos a aspectos como:

- Comprobación de los conocimientos previos de los niños/as acerca del fuego y situaciones que entrañan más riesgo de quemarse.
- ¿Adquiere los conocimientos relacionados con el fuego?
- ¿Toma conciencia del peligro que entrañan algunas situaciones?
- ¿Ha aprendido a prevenir distintas situaciones peligrosas?
- Grado de interés y motivación de las actividades.
- Concienciación de la familia sobre el peligro que conlleva no atender a los niños/as mientras se realizan tareas domésticas.
- Implicación de la familia/ coordinación con la escuela.

...



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 18 – MAYO DE 2009

8. BIBLIOGRAFÍA.

- Kasterjeim, SM (2006): *Quemaduras y dolor*. Educación Médica Continua.
- AAVV (1998): *Medicina preventiva y Salud Pública*. Barcelona: Salvat.
- Rassner, G (1994): *Atlas y Texto de Dermatología*. Barcelona: Mosby.Doyma Libros.
- López, P. y Mendoza, R.: *Escuelas generadoras de salud*. Cuadernos de Pedagogía, abril 1993.
- Piédrolí Gil, A. y Del Rey Calaro, J. (1992): *Medicina Preventiva y Salud Pública*. Barcelona: Masson-Salvat.
- AAVV (1991): *Guía para Madres y Padres. Educación Infantil*. Madrid: Proyecto Chispa. Alhambra Logman.

Autoría

- Nombre y Apellidos: MARÍA DEL MAR ORTIZ DE LAZCANO LOBATO
- Centro, localidad, provincia: CEIP. "PEDRO SIMÓN ABRIL", LA LÍNEA DE LA CONCEPCIÓN(CÁDIZ)
- E-mail: lipsiana@hotmail.com