Burn Severity Meeting Kit – Spanish



QUÉ ESTÁ EN RIESGO

Gravedad de las quemaduras

Las lesiones por quemaduras son comunes tanto en el hogar como en el lugar de trabajo. La Asociación Americana de Quemaduras afirma que cada año se producen más de 40.000 hospitalizaciones por quemaduras. Existen diferentes tipos de lesiones por quemaduras y la gravedad de las mismas se clasifica en tres niveles diferentes. Estos niveles son: primer grado, segundo grado, tercer grado y cuarto grado.

CUÁL ES EL PELIGRO

TIPOS ESPECÍFICOS

Hay cuatro tipos específicos de quemaduras que puede sufrir una persona:

- Las quemaduras de primer grado dañan la primera capa de la piel y a menudo se denominan quemaduras superficiales.
- Las quemaduras de segundo grado dañan la primera y segunda capa de la piel. Estas quemaduras pueden denominarse superficiales o profundas, dependiendo de la profundidad de la quemadura.
- Las quemaduras de tercer grado dañan todas las capas de la piel y el tejido que se encuentra debajo de ella, y requieren tratamiento médico.
- Las quemaduras de 4º grado también son posibles y este tipo de lesiones por quemaduras dañan los músculos, ligamentos, huesos, tendones, etc. La gravedad de una quemadura puede depender de la salud de la víctima, su edad, el tamaño y la profundidad de la quemadura y la localización de la lesión.

LOS ORÍGENES DE LOS CUATRO TIPOS DE QUEMADURAS

1. CALOR/TÉRMICA
2. Eléctrica
3. Química
4. Radiación

5. Inhalación

COMO PROTEGERSE

Los empleados, según la ley OSHA, deben tener acceso y disponer de lo siguiente para tener un lugar de trabajo seguro.

1. FORMACIÓN INICIAL

La formación debe cubrir no sólo los peligros a los que el empleado puede enfrentarse en su lugar de trabajo, sino también una visión general de las normas de la OSHA y cómo identificar los peligros que pueden no haber sido cubiertos. Los empleadores deben asegurarse de que los empleados reciban formación sobre sus funciones laborales específicas, incluida una formación de seguridad en profundidad con cualquier maquinaria, producto químico u otros peligros del lugar de trabajo específicos de su trabajo.

2. FORMACIÓN DE ACTUALIZACIÓN

Además de la formación antes de empezar a trabajar, los empresarios deben actualizar periódicamente la formación para que los empleados estén al día de los cambios normativos y para que los conceptos importantes se mantengan en la mente.

3. COMUNICACIÓN DE RIESGOS

Los códigos de colores, los carteles, las etiquetas o las señales para advertir a los empleados de los peligros potenciales son un requisito del empleador en virtud de la Ley de Seguridad y Salud en el Trabajo, y estas piezas vitales de la comunicación de peligros son extremadamente importantes en la prevención de quemaduras. Los trabajadores deben recibir formación sobre cómo reconocer los símbolos y otros códigos de comunicación de riesgos, y se deben utilizar las normas de comunicación del SGA para identificar los peligros de los materiales de forma coherente y fácilmente reconocible. Cuando se encuentran productos químicos peligrosos en el lugar de trabajo, los empresarios también están obligados a elaborar y proporcionar un plan de comunicación de riesgos por escrito.

4. NUTRICIÓN PARA LOS SUPERVIVIENTES DE QUEMADURAS

Una nutrición adecuada es esencial para que los supervivientes de quemaduras graves se recuperen plenamente. Las quemaduras pierden proteínas a través de las heridas, descomponen los músculos para obtener energía mientras se curan y aumentan la respuesta metabólica del cuerpo más que cualquier otro estado de enfermedad.

DIETA ALTA EN CALORÍAS: Mientras que el adulto sano medio necesita unas 2.000 calorías al día, una víctima de quemaduras necesita al menos 2.500 al día de media. Cualquier suplemento dietético líquido debe consumirse aparte de las comidas para asegurarse de que no se suprime su apetito.

DIETA RICA EN PROTEÍNAS: Las proteínas son esenciales para la curación de las heridas y la recuperación y conservación de la fuerza muscular. La víctima media de una quemadura consume más de 150 gramos de proteínas al día. Si el cuerpo no tiene suficientes proteínas, el paciente puede sufrir una pérdida de masa

muscular, una curación más lenta de las heridas y un sistema inmunitario debilitado. Entre los alimentos saludables ricos en proteínas se encuentran: la carne, los huevos, las judías, la leche, el yogur, los frutos secos, la mantequilla de cacahuete, el tofu, etc.

CARBOHIDRATOS: El cuerpo utiliza la glucosa como energía para curar las heridas; comer suficientes carbohidratos asegurará que haya suficiente glucosa. Los carbohidratos saludables deben ser la principal fuente de energía para las víctimas de quemaduras, reservando así las proteínas para promover la curación. Los cereales integrales, las alubias, la fruta y las verduras son excelentes opciones para satisfacer esta necesidad.

CONTROLAR EL CONSUMO DE GRASAS: Las grasas son un arma de doble filo para los supervivientes de quemaduras; son esenciales para aumentar las calorías y el proceso de curación, pero un consumo excesivo de ácidos grasos puede debilitar el sistema inmunitario.

NECESIDADES NUTRICIONALES

Los dietistas siguen dos fórmulas principales para determinar la dieta de un paciente quemado. En el caso de los adultos, la ecuación de Harris-Benedict determina la tasa metabólica básica del paciente y, a continuación, aplica un "factor de actividad" para determinar la cantidad de calorías utilizadas al día. La fórmula de Galveston, utilizada para los niños, se centra más en la superficie corporal que en el peso.

CONCLUSIÓN

Es importante entender los diferentes niveles de gravedad de las quemaduras y los tratamientos necesarios. A veces las quemaduras de tercer grado son menos dolorosas que las de primer y segundo grado debido a la pérdida de terminaciones nerviosas. Una persona debe ser capaz de reconocer cuando ha sufrido una quemadura grave. Si una quemadura grave no se trata con prontitud, puede provocar cicatrices permanentes o desfiguración.