# Poison Ivy Meeting Kit – Spanish




## QUÉ ESTÁ EN RIESGO

La hiedra venenosa es muy común. Es uno de los desencadenantes más comunes de erupciones cada año, tanto para los niños como para los adultos que pasan tiempo al aire libre.

**SABER CÓMO ES LA HIEDRA VENENOSA**

Tiene tres hojas puntiagudas

Las hojas pueden ser brillantes

Puede crecer como una enredadera o un arbusto

Las hojas pueden cambiar de color según la época del año: rojizas en primavera, verdes en verano y amarillas o rojas en otoño.

## CUÁL ES EL PELIGRO

**LAS CAUSAS DE LA HIEDRA VENENOSA**

El 85% de la población es alérgica al Urushiol que se encuentra en las plantas de hiedra venenosa, roble y zumaque. Es la respuesta inmunitaria del cuerpo a este alérgeno la que provoca la dolorosa erupción.

**URUSHIOL**

El urushiol se encuentra en todas las partes de estas plantas, incluidas las hojas, los tallos y las raíces, e incluso está presente después de que la planta haya muerto. El urushiol se absorbe rápidamente en la piel. También puede ser inhalado si se queman las plantas venenosas. El humo puede exponer no sólo la piel al producto químico, sino también las fosas nasales, la garganta y los pulmones. El urushiol inhalado puede causar una reacción alérgica muy grave.

**Síntomas de una reacción a una planta venenosa**

- La piel se enrojece y pica.
- Aparece un sarpullido en la piel, a menudo en forma de rayas o parches desde donde la planta ha entrado en contacto con la piel.

- La erupción se convierte en protuberancias rojas, llamadas pápulas, o en ampollas grandes y supurantes.

## COMO PROTEGERSE

**CUIDADOS DE LA HIEDRA VENENOSA – PRIMEROS AUXILIOS**

Si su piel está expuesta a la hiedra venenosa, hay algunas cosas que puede hacer para aliviar el dolor.

1. **Lávese la piel lo antes posible con jabón y agua corriente fría.** Hágalo a los pocos minutos de entrar en contacto con la planta para evitar que el aceite se absorba en la piel.
2. **Evite frotar o rascar la piel afectada.** Puede hacer que la piel se rompa y que la hiedra venenosa se extienda a una zona mayor.
3. **Refrésquese.** Las personas expuestas a la hiedra venenosa suelen encontrar alivio en los baños fríos o en las compresas frías. Puede utilizar una toalla con cubitos de hielo envueltos en ella sobre la zona, o masajear la zona afectada con un cubito de hielo para obtener alivio. Dejar que la zona se seque al aire reducirá el picor y la supuración de las ampollas.
4. **Utilice antihistamínicos orales o tópicos.** Los antihistamínicos orales, como el Benadryl, ayudarán a reducir el picor de la hiedra venenosa. Utilice loción de calamina para reducir el picor y el enrojecimiento.
5. **Evite que la erupción se extienda a otras personas.** El líquido de las llagas causadas por la hiedra venenosa no es contagioso. El sarpullido causado por la hiedra venenosa sólo se extenderá a otras zonas del cuerpo si se esparce el aceite de la planta.
6. **Lave la ropa y los zapatos.** Asegúrese de lavar las prendas que llevaba puestas cuando entró en contacto con la hiedra venenosa. Utilice jabón y agua caliente para eliminar el aceite de la planta.
7. **Bañe a Fido y lave los utensilios.** Si una mascota estuvo expuesta, los aceites pueden propagarse a través del pelaje de su mascota, o incluso en otros artículos como las herramientas de jardinería. Lave a fondo tanto a las mascotas como a otros artículos que puedan haber estado en contacto con la hiedra venenosa para eliminar los aceites.

**LLAME AL MÉDICO CUANDO**

- Presenta síntomas de una reacción grave, como hinchazón severa y/o dificultad para respirar
- Ha estado expuesto al humo de la quema de hiedra venenosa, roble venenoso o zumaque venenoso
- La erupción cubre más de una cuarta parte de su cuerpo
- El tratamiento inicial no alivia los síntomas
- Tiene una temperatura superior a 100 grados Fahrenheit.
- Hay pus, costras amarillas blandas o sensibilidad en la erupción.
- El picor empeora o le mantiene despierto por la noche.
- La erupción se extiende a los ojos, la boca, la zona genital o cubre más de una cuarta parte de la superficie de la piel.
- La erupción no mejora en pocas semanas.
- La erupción es generalizada y grave.
- Tiene dificultad para respirar.

**Las reacciones a las plantas venenosas pueden prevenirse**

Aprenda a identificar la hiedra venenosa, el roble venenoso y el zumaque venenoso, y evite el contacto con ellos.

Elimine estas plantas de los alrededores de su casa, especialmente en las zonas donde pueda trabajar o jugar.

Cuando camine por el bosque o trabaje en zonas donde puedan crecer estas plantas, cúbrase la piel lo máximo posible llevando pantalones largos, mangas largas, zapatos y calcetines. Los pantalones deben ir metidos con las botas.

No deje que los animales domésticos corran por las zonas boscosas donde pueden estar expuestos a las plantas venenosas. Pueden llevar el Urushiol de vuelta a casa en su pelaje.

Si están expuestos, lávese la piel lo antes posible. Si elimina rápidamente la mayor parte de los aceites, ayudará a limitar la erupción.

Lave cualquier objeto o herramienta que haya estado en contacto con la hiedra venenosa. Los aceites de la planta pueden permanecer en los objetos durante largos periodos de tiempo y de esta forma se puede producir indirectamente una erupción.

Nunca queme la hiedra venenosa para deshacerse de ella. La planta quemada puede seguir liberando aceites que podrían provocar una erupción generalizada a cualquier persona que esté cerca del fuego.

## CONCLUSIÓN

La educación es la clave para hacer frente a la hiedra venenosa. Lo central es exponer dos conceptos erróneos importantes. La primera es que la erupción por hiedra venenosa no se propaga por las ampollas que lloran y, en segundo lugar, que la hiedra venenosa no puede transmitirse de persona a persona (es decir, no es contagiosa).