

# Lesiones producidas por el calor y el frío

## Postración por calor:

### Síntomas:

- Piel pálida y húmeda.
  - Pulso rápido y débil.
  - La víctima se queja de debilidad, náusea, y dolor de cabeza.
  - La víctima puede sentir calambres en el abdomen, piernas o brazos.
- 
- Haga que la víctima se acueste y que mantenga la cabeza más baja que los hombros.
  - Lleve a la víctima a un sitio de sombra o frío, pero manténgalo abrigado.
  - Administre agua con sal (1 cucharadita, o 5 gramos en un litro de agua).
  - No dé líquidos si la víctima está inconsciente.

---

## Insolación:

### Síntomas:

- Piel roja y caliente.
  - Pulso rápido y fuerte.
  - Paciente generalmente inconsciente.
- 
- Llame al médico.
  - Enfríe el cuerpo usando compresas frías.
  - Si el paciente está completamente consciente y puede tomar líquidos, dele un poco de agua con sal (5 gramos de sal en 1 litro de agua).
- 
- No dé alcohol en ninguna forma al paciente.

## Heridas por Congelación:

### **Síntomas:**

- Piel color rosada justo antes de que se desarrolle la congelación.
  - Piel de color blanco o plomizo cuando se ha desarrollado la congelación.
  - Dolor inicial, que desaparece rápidamente.
  - La víctima generalmente no siente dolor en el área congelada.
- 
- Cubra el área congelada con un pedazo de tela o frazada de lana; si los dedos de la mano han sido congelados, haga que el paciente ponga el área congelada en el axilar del lado opuesto.
  - Lleve al paciente a un área caliente, apenas sea posible.
  - Ponga el área congelada en agua a 42°C.
  - Envuelva suavemente el área congelada con un pedazo de tela de lana o frazada en caso que no tenga agua caliente.
  - Deje que la circulación de la sangre se restablezca por sí misma.
  - Cuando la parte afectada está pálida, anime al paciente a mover los dedos de las manos o pies.
  - Dé al paciente bebidas no alcohólicas.
- 
- No frote la piel con nieve o hielo. El frotamiento de los tejidos congelados aumenta el riesgo de gangrena.
  - No use botellas de agua caliente o lámparas de calor sobre el área congelada.