

Consejos de acuerdo a la estación: Verano

poisonhelp.hrsa.gov/es • 1-800-222-1222



HRSA
Health Resources & Services Administration

Poison Help

Cuando el clima mejora y pasamos más tiempo afuera, las familias enfrentan nuevos riesgos. A continuación, brindamos algunos consejos para evitar los envenenamientos que ocurren más a menudo en el verano:



Intoxicación por alimentos

- Siempre lávese las manos y lave las encimeras antes de preparar los alimentos. Use utensilios limpios para cocinar y servir.
- Guarde los alimentos a temperaturas adecuadas. Los alimentos refrigerados no pueden dejarse afuera a temperaturas por encima de los 5°C (40°F). Los siguientes alimentos, y otros, pueden malograrse rápidamente y volverse peligrosos: bandejas de comida de fiesta, carnes, aves, pescados y mariscos, productos lácteos, huevos, mayonesa y vegetales cocidos.
- Lávese las manos con agua caliente y jabón después de manipular carne cruda, aves, pescados o mariscos. Lave las tablas de cortar, utensilios y platos después de usarlos con estos alimentos.
- Use un termómetro al cocinar y recalentar las comidas. Esto le ayudará a saber si ya están listas y pueden comerse sin peligro.
- No deje reposar la comida a temperatura ambiente por más de 2 horas.
- Esté atento a los síntomas de intoxicación por alimentos. Incluyen fiebre, dolor de cabeza, diarrea, dolor estomacal, náuseas y vómitos.



Picaduras de insectos

- Esté alerta a los insectos que pueden morder o picar. Después de una picadura, el lugar se enrojecerá o hinchará. Puede sentir dolor y picazón. Tenga cuidado si hay a su alrededor abejas, avispas, avispones y avispas chaqueta amarilla.
- Algunas personas son alérgicas a las picaduras de insectos. A estas personas, una picadura puede causarles problemas graves, e incluso la muerte. Vaya al hospital inmediatamente si le pica un insecto y tiene alguno de los siguientes síntomas: urticaria, mareos, problemas para respirar o hinchazón alrededor de los ojos y la boca.



Mordeduras de serpiente

- Si una serpiente venenosa lo muerde a usted o a alguna persona que usted conoce, llame inmediatamente a la línea de ayuda por envenenamiento (1-800-222-1222).
- Los expertos del centro de información toxicológica determinarán si la serpiente es venenosa. Le indicarán los síntomas a los que debe estar atento y qué hacer en estos casos.
- Si la serpiente no es venenosa, tendrá que lavar la herida. Es posible que necesite un refuerzo de la vacuna contra el tétanos. Consulte a su médico para informarse al respecto.



Mordeduras de araña

- La mayoría de las mordeduras de araña y picaduras de garrapatas no causan daños. Sin embargo, algunas arañas pueden causar enfermedades a ciertas personas. Dos arañas comunes que pueden causar daño son la araña viuda negra hembra y la araña reclusa parda. Una mordedura de alguna de estas arañas puede causar problemas graves en niños, ancianos o personas con mala salud. Pero, estas mordeduras raramente causan la muerte.
- La viuda negra es una araña negra y brillante. Tiene una mancha roja o anaranjada en forma de reloj de arena en el estómago. Dentro de 2 horas después de haber sido mordido por la araña hembra, puede sentir dolor estomacal, mareos y rigidez muscular. Puede tener problemas para respirar.
- La reclusa parda es una araña de color amarillento a marrón oscuro. Tiene un cuerpo pequeño y patas largas. La reclusa marrón tiene el cuerpo en forma de violín oscuro. Dentro de 36 horas después de haber sido mordido, puede ver o presentar síntomas de envenenamiento. Puede sentirse agitado. Puede tener fiebre, escalofríos, náuseas, debilidad, sarpullido o dolores articulares. Puede aparecerle una ampolla o herida en el lugar de la mordedura. La herida puede tener la forma de un ojo de toro (una ampolla con círculos alrededor). Si la herida empeora, consulte a un médico. Lo más probable es que no necesite antibióticos. Los estados en los cuales se conocen más casos de mordeduras de araña reclusa parda: AL, AR, FL, GA, IA, IL, IN, KS, KY, LA, MO, MS, NC, NE, NM, OH, OK, SC, TN, TX.

En caso de que se produzcan accidentes con productos químicos o medicamentos, llame a la línea de ayuda por envenenamiento al 1-800-222-1222. Obtenga la ayuda inmediata de un enfermero, farmacéutico u otro experto en envenenamientos. Si alguien tiene problemas para respirar, llame inmediatamente al 911. poisonhelp.hrsa.gov/es



Consejos de acuerdo a la estación: Verano

poisonhelp.hrsa.gov/es • 1-800-222-1222



HRSA
Health Resources & Services Administration

Poison Help



Plantas

- Si es alérgico a la hiedra venenosa, al roble venenoso o al zumaque venenoso, el simple hecho de tocarlos puede producir ampollas en su piel.
- Asegúrese de que todos en su familia puedan identificar estas plantas.
- Si alguien toca la hiedra venenosa, el zumaque venenoso o el roble venenoso, se debe lavar inmediatamente con abundante agua durante por lo menos 5 minutos.
- A menos que sea un experto en plantas, no recoja sus propios alimentos para comer en la naturaleza.
- El veneno de la cicuta y la cicuta de agua pueden ser fatales para la gente. Sus raíces o tubérculos pueden parecerse a las zanahorias o nabos silvestres.

Plantas venenosas comunes

Nombre común	Nombre botánico
Azalea o rododendro	Rhododendro
Caladio	Caladium
Semillas de ricino	Ricinis communis
Narciso	Narcissus
Belladona	Atropa belladonna
Lotería	Dieffenbachia
Oreja de elefante	Colocasia esculenta
Dedalera	Digitalis purpurea
Acebo	Illex
Iris	Iris
Cerezo de Jerusalén	Solanum pseudocapsicum
Estramonio	Datura stramonium
Lantana	Lantana camara
Lirio del Valle	Convallaria majalis
Podofilo	Podophyllum peltatum
Muérdago	Viscum album
Muérdago americano	Phoradendron flavescens
Gloria de la mañana	Ipomoea
Laurel de montaña	Kalmia latifolia
Hongos	Variados
Hierba mora	Solanum spp.
Rosa laurel	Nerium oleander
Lirio de paz	Spathiphyllum
Filodendro	Philodendron
Hierba carmín	Phytolacca americana
Potus	Epipremnum aureum
Tejo	Taxus

Llame al centro de información toxicológica para obtener información sobre plantas en su área.



Hongos

- Sólo los expertos pueden distinguir los hongos venenosos de los hongos seguros.
- Los hongos venenosos, llamados “hongos de la muerte”, crecen a menudo en jardines y parques.
- Incluso probar determinados hongos puede dañar el hígado y provocar la muerte.



Bebidas y productos alcohólicos

- El alcohol puede ser un veneno mortal para los niños. Esto se debe a que son pequeños y sus hígados no están completamente desarrollados. Las siguientes bebidas son peligrosas para los niños: cerveza, vino, bebidas mezcladas, otras bebidas alcohólicas, limpiadores faciales y enjuague bucales.
- El alcohol hará que el niño esté somnoliento.
- Además, puede desarrollar bajo nivel de glucosa en la sangre, lo cual puede causarle convulsiones, coma y la muerte.
- Tenga cuidado de no dejar bebidas alcohólicas al alcance de los niños. Esté alerta en fiestas y reuniones. Los niños pueden encontrar vasos con restos de alcohol a su alcance.



Insecticida o loción para picaduras de insectos

- Asegúrese de leer la etiqueta de los repelentes para insectos. La mayoría contiene DEET, que puede ser dañino para los niños si no se usa adecuadamente o si se utiliza en grandes cantidades.
- No permita que los niños se apliquen el repelente solos. Un adulto siempre debe hacerlo por ellos. Al usar repelente en un niño, coloque un poco en sus propias manos, luego frótelos en el niño. Evite el contacto con los ojos y la boca. Sólo use un poco alrededor de las orejas.
- Use productos distintos cuando sea necesario usar un insecticida y un protector solar. No use protector solar que contenga DEET. La aplicación continua de un producto con DEET puede aumentar el riesgo de efectos nocivos. Siempre siga las instrucciones de la etiqueta.
- Para la mayoría de los productos, una vez que regresa a su casa, lave la piel expuesta con agua y jabón. Algunas etiquetas proporcionan diferentes recomendaciones. Revise la etiqueta del producto que está usando.

En caso de que se produzcan accidentes con productos químicos o medicamentos, llame a la línea de ayuda por envenenamiento al 1-800-222-1222. Obtenga la ayuda inmediata de un enfermero, farmacéutico u otro experto en envenenamientos. Si alguien tiene problemas para respirar, llame inmediatamente al 911. poisonhelp.hrsa.gov/es

