

## CONGELACIONES

Se producen por las mismas causas que la hipotermia, pero de forma más localizada, afectando a dedos de manos y pies, orejas y nariz, apareciendo primero doloridas y luego insensibles, duras y blanquecinas.

### ⇒ SINTOMAS

- 1º grado: enrojecimiento, dolor e hinchazón (sabañones).
- 2º grado: ampollas (flictemas).
- 3º grado: piel negruzca, tejidos muertos (necrosis).

### ♥ TRATAMIENTO

1. SOLO TRATAR LAS DE 1º GRADO.
2. EN 2º Y 3º GRADO EVACUAR.
3. Tratar la hipotermia asociada, si la hay.
4. NO FRI CCIONAR NI DAR MASAJES.
5. Descongelar la zona afectada con el siguiente método:
  - a) Sumergir en agua caliente a 36 °C.
  - b) Aprovechar el calor corporal de las axilas e ingles.
  - c) Ropa caliente
  - d) Evitar calentamientos excesivamente rápidos. Nunca ante una hoguera.
  - e) No calentar de forma intermitente. **NO INICIAR EL CALENTAMIENTO SI HAY RIESGO DE VOLVER A CONGELARSE.**
6. Dar líquidos abundantes. **NUNCA ALCOHOL.**
7. **NO PINCHAR LAS AMPOLLAS.**
8. Proteger con un apósito estéril y vendaje.
9. Precisar de vacunación antitetánica si no estuviera inmunizado.

