

## 8 de cada 10 accidentes ocurren en casa: así puedes cuidar correctamente una herida sin salir de casa



Un momento de descuido en la cocina, un tropiezo en las escaleras o una tarde de juegos puede terminar en una herida. Lo que parece un incidente menor puede convertirse en complicaciones innecesarias si no se atiende bien desde el inicio. Por eso, es clave saber cómo actuar y contar con productos confiables en el botiquín del hogar.

Según la Organización Mundial de la Salud, el 80 % de los accidentes suceden en casa siendo los niños y adultos mayores los más afectados. Así mismo, el Ministerio de Salud (MINSAL), en los últimos años, asegura que los accidentes domésticos en Chile han tenido un aumento importante. Para el 2022 se presentaron 60.000 acci-

**Los niños y los adultos mayores son los más propensos a sufrir accidentes en el hogar que pueden comprometer su salud y, por eso, es fundamental tratar una herida de la forma adecuada.**



*Sigue en página siguiente*



*Viene de página anterior*

dentos en casa siendo las caídas y las quemaduras las de mayor prevalencia. En este caso, zonas como las escaleras, los baños y algunas superficies deslizantes son el foco de estos accidentes. Aunque nos cueste creerlo, los más afectados suelen ser los niños y los adultos mayores. Ellos viven el hogar de forma intensa: los pequeños saltan, corren y exploran, mientras que los mayores pueden tener menor estabilidad física. “Las heridas en casa pueden parecer simples, pero si no se tratan correctamente pueden dificultar la cicatrización. Es importante saber qué hacer, pero también qué evitar para no poner en riesgo la piel”, explica Ingrid Olivares, Clinical Lead de Essity Health & Medical Chile.

**¿QUÉ HACER SI ALGUIEN SE LASTIMA EN CASA? 6 PASOS SENCILLOS QUE MARCAN LA DIFERENCIA**

- Lávate las manos antes de tocar la herida.



- Si hay sangrado, aplica presión con una gasa estéril o paño limpio.
- Limpia la herida solo con agua corriente. Evita alcohol o peróxido, que pueden dañar la piel.
- Evalúa la gravedad: si la lesión

es grande o está en zonas sensibles, busca atención médica.

- Cúbrela con un apósito de calidad que proteja sin irritar.
- Evita remedios caseros como pasta de dientes, café o alimentos. Tampoco uses antibióticos tópicos sin indicación médica.



Todo lo que necesitas para cuidar una herida en tu hogar Leukoplast promueve una cultura de prevención y cuidado informado con su campaña “Cuidando cada vida, cada historia”, buscando generar conciencia sobre la importancia de brindar una atención de calidad y equitativa a todas las personas y que tengan acceso a un tratamiento seguro y efectivo, incluso desde casa.

Entre sus soluciones más innovadoras se destaca Leukomed® Sorbact, un apósito que previene infecciones sin necesidad de antibióticos, ideal para

*Sigue en página siguiente*



*Viene de página anterior*

heridas en riesgo de contaminarse. También está la línea Leukoplast Kids, pensada para la piel delicada de los más pequeños, con materiales suaves y diseños divertidos. Así como, Leukoplast Fixomull, para fijación amplia y 10 veces más flexible, evitando el daño cutáneo por adhesivos (conocido como MARSI), una condición poco visible pero muy común.

Cuidar una herida no es solo

una acción momentánea, sino una inversión en salud que puede evitar complicaciones graves. Por eso, conocer las mejores prácticas y contar con los elementos adecuados en casa es fundamental para proteger la piel y garantizar una recuperación efectiva. Con la información correcta, podemos transformar la manera en que enfrentamos los accidentes domésticos y construir hogares más seguros para todos.

