→ Recomendaciones de Autocuidado

Picaduras



Las picaduras son lesiones en la piel causadas por insectos, arañas u otros animales que inyectan sustancias irritantes o veneno.

Medidas de autocuidado (no farmacológicas):

- **Retirar el agente:** si quedó un aguijón (abeja), retirarlo raspando suavemente; si es una garrapata, extraerla completa con pinzas.
- **Limpieza inicial:** lavar la zona afectada con agua y abundante jabón.
- **Aplicación de frío:** colocar hielo o compresas frías sobre la picadura durante 15 minutos para calmar el dolor y bajar la hinchazón.
- **Elevar la zona:** si la picadura es en un brazo o pierna, mantener la extremidad elevada para reducir la inflamación.
- **Retirar objetos:** quitar anillos o pulseras que puedan apretar si la zona comienza a hincharse.
- **Prevención en el hogar:** revisar y sacudir la ropa y el calzado antes de usarlos, especialmente si estuvieron en el suelo.

Signos de alarma y consulta oportuna

¿Cuándo consultar de urgencia al médico?. Busque atención médica inmediata si tiene dificultad para respirar, hinchazón en la cara o lengua, o mareos severos. También si la zona se pone muy roja, caliente y con pus, o si sabe que fue picado por un animal ponzoñoso como un escorpión o araña peligrosa.

FEFARA
FEDERACIÓN FARMACÉUTICA

*Recomendaciones basadas en protocolos publicados con evidencia científica.