

## Las plantas comunes en la época de las fiestas pueden ser tóxicas

A continuación incluimos **varias plantas** que es posible que no quiera tener en su casa y los síntomas asociados con dichas plantas:

- muérdago: náusea, vómitos, diarrea, mareo, alteraciones de la tensión arterial, alucinaciones y convulsiones
- azalea y rododendro: náusea, vómitos, diarrea, trastornos cardíacos y convulsiones
- amarilis, baya de Navidad, acebo y retama de invierno: náusea, vómitos y diarrea
- baya de Jerusalén: dolor de cabeza, náusea, vómitos y diarrea
- pimienta de Navidad: sensación de ardor
- crisantemo: erupciones

**Las perennes**, como balsaminas, cedro, abeto, enebro y pino, también pueden ser peligrosas. La exposición a una cantidad importante del **aceite tóxico** que contienen puede causar irritación estomacal y otras reacciones negativas.

A pesar de que los **aceites esenciales** de estas plantas se venden como fragancias aromáticas, incluso una pequeña gota de esos aceites en su forma pura puede causar daño en los pulmones si se inhala.



**MITO:** La estrella federal es el elemento más peligroso de la casa en la época de las fiestas.



**REALIDAD:** La estrella federal no es tóxica. Sin embargo, no permita que los niños ni las mascotas consuman grandes cantidades de ninguna planta.

## Primeros auxilios para casos de intoxicación

### Productos tóxicos en la boca:

- Llame al centro de intoxicaciones, haya tragado o no el producto tóxico.
- **No haga vomitar a la persona** ni le dé nada para comer o beber a menos que se lo indiquen en el centro de intoxicaciones.



### Productos tóxicos sobre la piel:

- Quite las prendas impregnadas con la sustancia tóxica.
- Enjuague bien la piel con agua. Luego lave la piel con jabón y agua.



### Productos tóxicos en los ojos

- Quite las lentes de contacto (si usa).
- Enjuague los ojos con agua durante 15 minutos.
- Abra y cierre los ojos durante el enjuague.



### Productos tóxicos en el aire:

- Abra las ventanas y puertas para que circule aire fresco.
- Salga del lugar y trasládese a un lugar donde pueda respirar aire fresco.
- Ayude a otros a abandonar el lugar teniendo cuidado de no respirar el tóxico.



Llame al Centro de Illinois contra Intoxicaciones lo antes posible al 1-800-222-1222. Es posible que le indiquen que llame al médico, al hospital o al 911.

© Centro de Illinois contra Intoxicaciones 2003, un programa del Consejo Metropolitano de Salud de Chicago

## Recomendaciones para prevenir intoxicaciones en invierno



[www.IllinoisPoisonCenter.org](http://www.IllinoisPoisonCenter.org)  
1-800-222-1222





## Es la estación ... de toser y estornudar

En invierno, en la casa suele haber más medicamentos para el resfrío y para la gripe. Asegúrese de que el armario de las medicinas sea seguro para su familia.

- \* Lea la etiqueta antes de dar o tomar una medicina;
- \* Use el dispositivo para medir que viene con la medicina y recuerde, más no significa mejor.
- \* No diga que las medicinas son caramelos ni transforme la toma de medicinas en un juego.
- \* Nunca de a los niños la medicación recetada para otra persona.

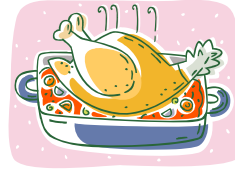
## No permita que el alcohol se convierta en en el peligro de la fiesta

El alcohol puede ser muy peligroso para los niños pequeños. Por ejemplo, la ingesta de tres onzas de bebida blanca (por ejemplo, whisky, vodka o gin) es potencialmente fatal para un niño que pesa 25 libras. Tenga cuidado de que los niños no beban los restos de bebida que quedan en las copas después de una fiesta o celebración. También debería tener presente que el alcohol es el ingrediente principal de los enjuagues bucales, jarabes para la tos y colonias.



## Para la preparación segura de los alimentos


Para que su familia y amigos no se intoxiquen con alimentos que estén en mal estado o no se hayan preparado con los cuidados necesarios, tenga presente las siguientes recomendaciones.



- ☉ Lávese bien las manos con agua jabonosa caliente antes de preparar la comida y después de manipular carne, aves, pescado y huevos crudos.
- ☉ Guarde los alimentos crudos más abajo que los alimentos cocidos de forma tal que los crudos no goteen sobre los cocidos y los contaminen.
- ☉ Lave bien las mesadas y los utensilios antes y después de preparar los alimentos.
- ☉ Use diferentes tableros de picar para las carnes, aves y pescados.
- ☉ Cocine los alimentos adecuadamente –las carnes a medio cocer tienen mayor riesgo de contener mayor nivel de bacterias. La cocción de la carne a la temperatura interna recomendada elimina las bacterias.
- ☉ Guarde los alimentos a más tardar dos horas después de servirlos o de comer.



## Tenga cuidado con las decoraciones navideñas

- **El cabello de ángel** está elaborado con lana de vidrio, que puede entrar en los ojos y en la boca por contacto, causando grave irritación y dolor.
- **Los adornos del árbol de Navidad** pueden provocar ahogos. 
- **Los globos de nieve** son cúpulas de vidrio o plástico llenas de agua. La nieve está preparada de una sustancia no tóxica parecida a la tiza o de plástico. Sin embargo, el líquido que contiene el globo puede contaminarse con bacterias con el tiempo y provocar vómitos y diarrea cuando se ingiere si el globo revienta.
- **La nieve pulverizada** usada para decorar ventanas, espejos y árboles puede dañar los ojos si se pulveriza directamente en los ojos desde un envase llenado a presión.
- **Los veladores de mesa con tubos de vidrio** contienen combustibles líquidos compuestos de hidrocarburos. Cuando los productos con hidrocarburos ingresan en los pulmones, se producen graves problemas respiratorios, que pueden causar la muerte. Todos los productos con hidrocarburos son muy peligrosos y deben mantenerse fuera del alcance de los niños.
- **Los polvos y leños para la chimenea** que arden con diferentes colores contienen metales pesados, como plomo, cobre, bario y selenio. La ingesta de dichos metales puede provocar un fuerte dolor estomacal y alteraciones intestinales.