

## **Sabañones**

Sabañones son causados por la exposición repetida de la piel a temperaturas justo por encima de la congelación a tan alto como 60 grados F. La exposición fría causa daño a las camas capilares (los grupos de los pequeños vasos sanguíneos) en la piel. Este daño es permanente y el enrojecimiento y picazón volverá con exposición adicional. El enrojecimiento y picazón normalmente se produce en las mejillas, orejas y los dedos de los pies y las manos.

### ***Síntomas***

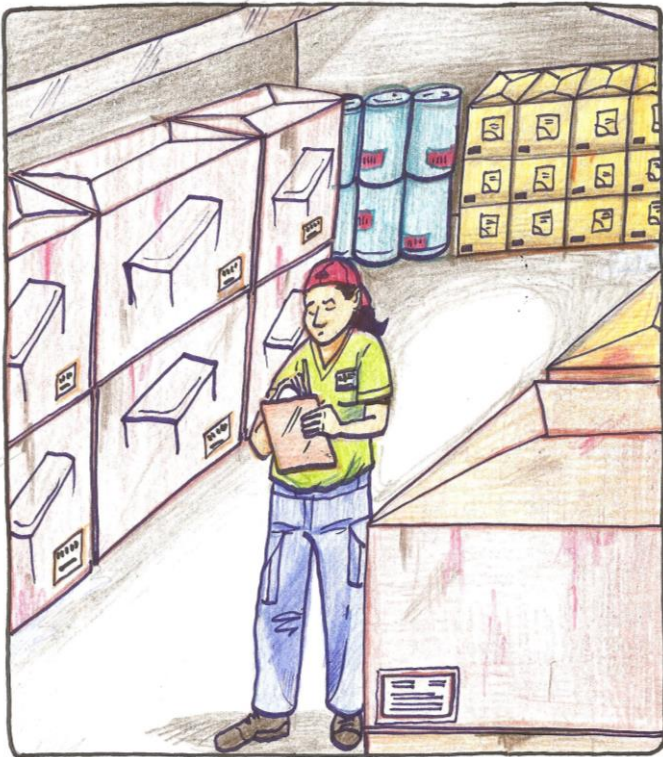
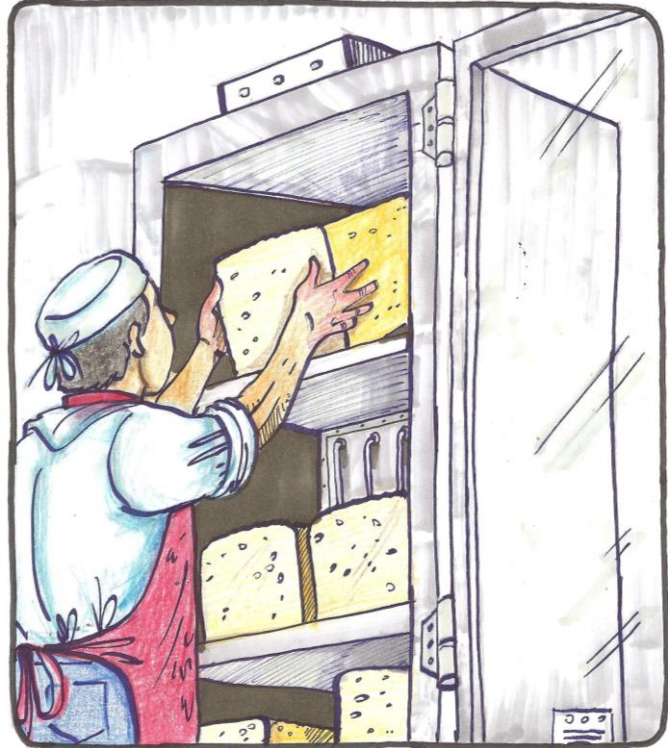
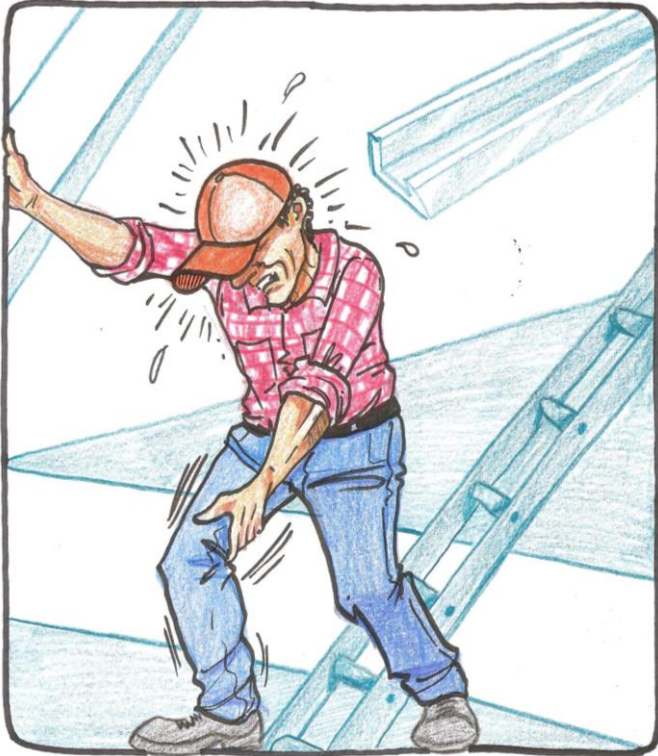
Los síntomas incluyen:

- Enrojecimiento
- Comezón
- Calambres en las piernas
- Posible ampollas
- Inflamación
- Posible ulceración en casos severos

### ***Primeros Auxilios***

Los trabajadores con sabañón deben:

- Evitar rascarse.
- Calentar la piel lentamente.
- Usar cremas que ayuden a aliviar la comezón y la hinchazón.
- Mantener ampollas y úlceras limpias y cubiertas.



This material was produced under grant number SH-23584-12 from the Occupational Safety and Health Administration, U.S. Department of Labor. It does not necessarily reflect the views or policies of the U.S. Department of Labor, nor does mention of trade names, commercial products, or organizations imply endorsement by the U.S. Government.