

Médicos pediatras instan a los padres a tomar precauciones para prevenir los peligrosos “golpes de calor” en esta temporada estival

Salto



Publicada el: 07/01/25	Visitas: 155
Comentarios: 0	Ver comentarios
Votos: 136	Puntaje: 4.8

https://www.ultimasnoticias.com.uy/salto/medicos-pediatras-instan-a-los-padres-a-tomar-precauciones-para-prevenir-los-peligrosos-golpes-de-calor-en-esta-temporada-estival_13790.php



Salto

Médicos pediatras instan a los padres a tomar precauciones para prevenir los peligrosos “golpes de calor” en esta temporada estival

Pediatras de Salto advierten a los padres sobre la importancia de proteger a sus hijos del riesgo de "golpes de calor" durante el verano.

Golpes de Calor: Prevención y Recomendaciones en Salto

Por Melisa Ferradini Los golpes de calor son trastornos que ocurren cuando la temperatura del cuerpo se eleva debido a la exposición prolongada a altas temperaturas, altos niveles de humedad o la realización de actividad física intensa en condiciones calurosas.

En estas circunstancias, el organismo encuentra dificultades para regular su temperatura interna.

Agotamiento por Calor

Es importante señalar que el agotamiento por calor es una etapa previa al golpe de calor.

Reconocer sus síntomas es clave para prevenir consecuencias más graves. Entre los signos a tener en cuenta se encuentran: Sudoración excesiva Piel pálida y fresca Sensación de calor sofocante Sed intensa y sequedad en la boca Calambres musculares Fatiga y debilidad Dolores estomacales e inapetencia Náuseas o vómitos Dolores de cabeza e irritabilidad (en los más pequeños, llanto inconsolable) Mareos o desmayos

Poblaciones Vulnerables

Para evitar estas situaciones, es fundamental cuidar la hidratación y alimentación, así como reducir la actividad física durante los momentos de mayor calor.

Se recomienda permanecer en lugares ventilados y frescos, y optar por juegos tranquilos para los niños.

Evitar la exposición directa al sol entre las 10 de la mañana y las 4 de la tarde es crucial, especialmente en menores de un año.

Además, nunca se debe dejar a los niños solos dentro de un vehículo estacionado y cerrado.

Recomendaciones Adicionales

Siempre es importante mantener al día las vacunas, lo cual es fundamental para la salud infantil.

En relación a las actividades acuáticas, se deben seguir ciertas medidas higiénicas para prevenir la otitis externa, una afección común en esta época. Se sugiere el uso de tapones de oídos o gorros de baño, inclinar la cabeza para drenar el agua y secar los oídos con una toalla después de nadar o bañarse. Es esencial evitar introducir objetos en los oídos, como hisopos, y no exponerse al humo de cigarrillo.

Seguridad en Piscinas y Playas

La seguridad en espacios acuáticos es un tema de suma importancia.

Para quienes trabajamos en CTI pediátrico y en emergencias, la supervisión constante y atenta de los niños es fundamental. Es esencial enseñarles natación y las reglas básicas de seguridad. En ríos y playas, se debe contar con salvavidas y personal de guardia costera. En embarcaciones, los niños y adolescentes deben utilizar chalecos salvavidas apropiados. Siguiendo estas recomendaciones, podemos contribuir a la prevención de accidentes y garantizar la seguridad y bienestar de nuestros niños durante la temporada estival en Salto.

Fuente: Diario Cambio

Imágenes

MÉDICOS PEDIATRAS INSTAN A LOS PADRES A TOMAR PRECAUCIONES PARA PREVENIR LOS PELIGROSOS 'GOLPES DE CALOR' EN ESTA TEMPORADA ESTIVAL

pediatras instan a los padres a tomar precauciones para prevenir los peligrosos golpes de calor en esta temporada

Tags

agotamiento, recomendaciones, temperatura, dolores, advierten, actividad, salvavidas, prevenir, seguridad, importante, proteger, pediatras

Noticias relacionadas

4.7 * *Casmu aclara situación con pediatras y desmiente problemas en la atención tras el despido controvertido*

4.2 * *Médicos del Smu entran en conflicto con Casmu: "Estamos monitoreando de cerca la situación"*

4.6 * *Inicio del verano en Uruguay: ¿cuándo arranca la temporada estival de 2024?*

- 3.5 *** *Especialistas advierten sobre una fase crítica de quemaduras por accidentes domésticos y hacen un llamado a intensificar precauciones*
- 3.9 *** *Emiliano Lasa se despide de la final olímpica en salto largo por apenas tres centímetros de diferencia*
- 4.3 *** *Comenzó el operativo de seguridad estival en Rocha, anticipándose al auge de visitantes en la región*
- 4.9 *** *Se prevén jornadas soleadas y el arribo de la primera “ola de calor” en este verano*
- 4.9 *** *Javier Sena confía en que la próxima temporada estival supere las expectativas de la anterior*
- 3.7 *** *El fenómeno del nacimiento prematuro: causas, consecuencias y cuidados esenciales*
- 4.0 *** *Guardavidas zafrales se preparan intensamente en las pruebas finales para la temporada estival*

Categorías

Interior
aldea
Breves
básquet
cartas
ciencia
Clima
columnistas
Cotizacion monedas
Cultura
Curiosidades
departamentales
Deportes
derechos humanos
Economía
Empresariales
Empresas
Fútbol internacional
Fútbol uruguayo

Fúnebres
fútbol
General
género y feminismos
internacional
Internacionales
latidos
Maldonado
Mascotas
minuto a minuto
Mundo
municipales
Nacional
Estados Unidos
noticias de local
México
noticias de salud
noticias de tecnología
obituarios
Opinión
policial
Policiales
Política
Principal
Resultados de juegos
Rurales
Salto
Salud
Show
sin categoría
sindicales
Sociedad
Tecnología & internet
titulares del día
tribuna
Turf
uncategorized
uruguay decide 2024
viajes y turismo