

Los ahogamientos son la causa del 8% las muertes infantiles en verano

La asfixia por inmersión o ahogamiento es una causa de muerte que aumenta su frecuencia en verano, llegando a suponer el 8 por ciento de la mortalidad infantil en este periodo, según ha alertado la Asociación Española de Pediatría de Atención Primaria (AEPap), que con el inicio de las vacaciones escolares ha pedido a los padres y tutores una "supervisión activa y permanente" cuando los niños estén en el agua.

EUROPA PRESS. 25.06.2013

La asfixia por inmersión o ahogamiento es una causa de muerte que aumenta su frecuencia en verano, llegando a suponer el 8 por ciento de la mortalidad infantil en este periodo, según ha alertado la Asociación Española de Pediatría de Atención Primaria (AEPap), que con el inicio de las vacaciones escolares ha pedido a los padres y tutores una "supervisión activa y permanente" cuando los niños estén en el agua.



[Ampliar foto](#)

Esta recomendación va dirigida especialmente a niños menores de 5 años, por lo que recomiendan para disminuir la mortalidad que se inicie el aprendizaje de la natación en torno a los 4 años de edad y manteniendo una vigilancia activa por parte de los padres.

En cualquier caso, añaden, "aunque un niño sepa nadar", se debe mantener una "supervisión activa y permanente" cuando esté en las piscinas y la playa.

Por otra parte, destaca el aumento del peligro de ahogamiento y las lesiones relacionadas con el agua en varones adolescentes cuando se asocia con el efecto del alcohol, "lo que lleva consigo una valoración deficiente de los riesgos".

En verano, al ser un tiempo de ocio y diversión, existen otros peligros para los más pequeños, por eso desde la AEPap consideran clave el papel de los padres en la concienciación de los hábitos saludables y la protección solar de los niños.

Así, recuerdan que las cremas no son en sí mismas suficientes para asegurar una protección adecuada del menor en verano y destacan el papel de la hidratación y la alimentación para evitar un golpe de calor, por ello aconsejan incrementar el consumo de agua en los meses cálidos; y no dejar a los niños en los coches, ya que es una causa importante de fallecimiento por hipertermia.

En cuanto a la comida, para prevenir intoxicaciones o infecciones intestinales por comidas en mal estado es aconsejable tomar productos recién preparados, refrigerar comidas si se van a transportar a la playa, beber agua embotellada y evitar comidas con huevos que se deterioren con facilidad. Las medidas básicas de higiene como lavado frecuente de manos y el lavado de verduras y frutas, son la medida más eficaz y económica para evitar infecciones.

Extremar la protección solar,

No solo con cremas

Por otra parte, los pediatras de Atención Primaria se muestran realmente preocupados por los efectos de las radiaciones solares en los más pequeños y creen que "es necesario que la sociedad y, sobre todo los padres, se conciencien de que es importante proteger la piel y los ojos del sol".

Así, recuerdan que los niños deben estar especialmente protegidos ante la exposición solar y educados para mantener conductas eficaces de fotoprotección; "durante la etapa infantil y adolescente hay que establecer los hábitos saludables dirigidos a la protección solar y a la prevención del cáncer de piel, quemaduras solares y otras lesiones", añade.

Para ello, considera que es necesario fomentar la colaboración mediante campañas escolares y comunitarias que promuevan la prevención de la exposición excesiva a la radiación UV en la infancia y la adolescencia; ya que se ha demostrado que todas las prácticas sanas que evitan o minimizan la exposición solar, que favorecen el uso de cremas fotoprotectoras, ropa protectora y gafas, que evitan las quemaduras solares deben comenzar lo antes posible en los niños para que se conviertan en algo habitual.

"Utilizar un fotoprotector adecuado durante los primeros 18 años de vida puede reducir hasta un 78% el riesgo de cáncer cutáneo en la edad adulta", destaca la AEPap, que recuerda que "está demostrado que el efecto cancerígeno de las radiaciones solares es acumulativo".

La aparición del cáncer de piel se relaciona con la exposición a los rayos solares durante períodos de tiempo largos y con exposiciones intermitentes e intensas. Aunque el melanoma representa sólo el 4% de todos los cánceres de piel, es responsable del 80% de las muertes por este tipo de tumor.

Por lo que aconseja seguir aquellas prácticas sanas que evitan o minimizan la exposición solar, como es el uso de fotoprotectores, ropa protectora y gafas, que evitan las quemaduras solares; evitar la exposición prolongada al sol, sobre todo en las horas centrales del día; y una exposición solar en la temporada veraniega se realice de forma paulatina, aumentando gradualmente el tiempo de exposición al sol.