

NOTA DE PRENSA

Mascarilla, ocio en espacios abiertos y encuentros seguros con familiares y amigos, claves para que los niños disfruten el verano de la Covid-19

- Los pediatras de Atención Primaria ofrecen una serie de consejos básicos para que las familias puedan disfrutar las vacaciones con seguridad en situación de pandemia
- No emprender viaje con síntomas y guardar la distancia en los primeros días de encuentro con abuelos y otros familiares, clave para evitar contagios
- Las piscinas, playas, campamentos de verano y otras actividades al aire libre son más seguras que las desarrolladas en espacios cerrados si se cumplen las medidas de seguridad

Madrid, 6 de julio de 2020.- Con la llegada de los meses de verano, familias con niños, niñas y adolescentes de todo el país se disponen a disfrutar sus vacaciones. Este año, la situación pandémica obliga a adoptar medidas específicas para evitar riesgos y, por ello, la Asociación Española de Pediatría de Atención Primaria (AEPap) ha elaborado una guía de recomendaciones, con las que los menores y sus familias puedan disfrutar con seguridad el verano de la Covid-19:

- **Playas, piscinas y otras zonas de baño.** “Los estudios apuntan a que en espacios al aire libre como piscinas y playas, y manteniendo las normas de seguridad (distancia física de 1,5-2 metros, medidas higiénicas, uso de mascarilla), el contagio sería mucho menor que en espacios cerrados y mal ventilados”, señala la Dra. Concha Sánchez Pina, presidenta de AEPap. La posibilidad de contagio en estas áreas se asocia más a la interacción social, así que también es necesario respetar los aforos establecidos y, en general, las [recomendaciones del Ministerio de Sanidad](#).
- **Campamentos de verano y actividades de naturaleza.** Al igual que en el caso anterior, al disminuir el virus su capacidad de contagiar en espacios abiertos, se pueden desarrollar campamentos de verano. Sin embargo, es necesario prestar especial atención a que se guarden las medidas de seguridad en las actividades comunes. “Será importante el papel de los monitores dando ejemplo. Deberán realizar las reuniones y comidas manteniendo la distancia social mínima de dos metros y buscando siempre los espacios abiertos para realizar los juegos o talleres”, indica la Dra. Sánchez Pina. Tal y como apunta el informe [La nueva normalidad educativa y de ocio](#), elaborado por AEPap y la ONG Save the Children, las comunidades autónomas, diputaciones, ayuntamientos y entidades sociales deberían ampliar la oferta educativa y de ocio este verano y priorizar el acceso gratuito de familias con pocos recursos.

- **Viajar con niños en la pandemia.** En los viajes, tanto los niños como los adultos tienen que seguir las recomendaciones de las autoridades sanitarias y utilizar mascarilla si la edad de los menores lo permite (en todo caso, desde los seis años), siempre que se trate de un transporte colectivo (tren, autobús, etc.). En automóvil no es necesario cuando se viaja con los convivientes, pero sí cuando viaja también alguna persona ajena al núcleo familiar. La Dra. Teresa Cenarro, vicepresidenta de AEPap, indica, de todos modos, que “ni los niños ni sus padres deben emprender el viaje, en especial en transporte colectivo, ante cualquier posible síntoma, por leve que sea, de coronavirus. Eso supondría poner en riesgo a todos los viajeros y la posibilidad de provocar un brote”.
- **Visitas a los abuelos.** El verano es también un momento de reencuentros y muchas familias aprovecharán para visitar a abuelos u otros familiares mayores, después de los meses de aislamiento. El Dr. Pedro Gorrotxategi, vicepresidente de AEPap, apunta que “los abuelos están deseosos de abrazar y besar a sus nietos, pero en los primeros días deberían guardar un cierto distanciamiento, ya que si los niños les contagian, los abuelos, pueden tener una infección grave. Pasados unos días, y si ningún miembro de la familia tiene síntomas, ya se pueden considerar convivientes y tener una vida normal con ellos”. Y la Dra. Cenarro recuerda que “la mejor demostración de amor es proteger a nuestros mayores”.
- **Juegos con otros niños.** Los niños podrán jugar y relacionarse con sus iguales este verano, manteniendo siempre las medidas de seguridad y siempre que no haya síntomas compatibles con el coronavirus, pero están más seguros en entornos con contactos escasos y controlados. Por ello, no es momento de hacer grandes fiestas, cumpleaños, etc., sino de jugar con los primos o amigos más cercanos, preferiblemente al aire libre.
- **Cómo usar correctamente la mascarilla en niños.** Aunque son obligatorias desde los seis años, las mascarillas se pueden usar, y son recomendables, desde los tres. En la web [Familia y Salud](#), AEPap ofrece todas las pautas necesarias para ponerlas y usarlas correctamente, que son similares a las de los adultos e implican evitar, en lo posible, tocar la mascarilla y lavarse las manos antes de ponerla. En algún caso, las mascarillas podrían producir irritación en los niños. En estos casos, la Dra. María Jesús Esparza, pediatra del grupo Previnfad (Prevención en la infancia y adolescencia de AEPap), señala que “la mascarilla es como la ropa y, si un niño tiene dermatitis atópica y determinados tejidos le producen irritaciones, lo mismo ocurre con la mascarilla. En estos casos, recomendaría probar otra diferente hasta encontrar la que se tolere mejor”.
- **Cómo usar geles hidroalcohólicos en niños.** Otra de las medidas que se han generalizado frente a la pandemia es el uso de geles hidroalcohólicos. Sin embargo, la Dra. Esparza precisa que “es mejor lavarse las manos con agua y jabón si se van a exponer al sol. De hecho, tanto en niños como en adultos, lavarse las manos con agua y jabón durante 20 segundos por lo menos es lo

mejor para eliminar gérmenes de las manos, incluido el nuevo coronavirus, y cuando las manos estén visiblemente sucias los geles no son suficientes. Sólo si no fuera posible, se recomienda que se use un gel hidroalcohólico con al menos 60% de alcohol”. Asimismo, recuerda que, “en general, hay que mantener estos productos fuera del alcance de los niños y supervisarles cuando los usan, además de evitar llevarlos en envases que puedan ser atractivos para ellos”.

- **Cuándo y cómo acudir al pediatra en vacaciones.** Por último, en vacaciones también hay que estar alerta a posibles síntomas de SARS-CoV-2, u otros problemas de salud que pueden obligar a consultar al pediatra. En los centros de salud de todas las CC AA se ha habilitado la consulta telefónica, como paso previo. En caso de que se indique la necesidad de acudir al centro, hay habilitadas agendas diferentes para niños con sospecha de Covid-19 y sin sospecha. En localidades con mucha afluencia turística, además, se suelen habilitar consultas específicas.

Asociación Española de Pediatría de Atención Primaria (AEPap)

La Asociación Española de Pediatría de Atención Primaria se constituye como una Federación de Asociaciones de Pediatras que trabajan en Atención Primaria (AP), de carácter científico y profesional, sin fines lucrativos, que representa a más de 5.300 pediatras de AP en el estado español. En su seno se encuentran diferentes Grupos de Trabajo sobre diversas materias (Grupo de Prevención en la Infancia y Adolescencia, Grupo de Vías Respiratorias, Pediatría Basada en la Evidencia, Docencia MIR, Cooperación Internacional, Patología del Sueño infanto-juvenil, Grupo de Investigación, Grupo Profesional, Trastorno por déficit de atención e hiperactividad, Grupo de Educación para la Salud, Grupo de Patología Infecciosa, Grupo de Ecografía Clínica Pediátrica, Grupo de Relaciones con Europa y el Grupo de Gastro-Nutrición). Los objetivos principales de esta Asociación son: promover el desarrollo de la Pediatría en la Atención Primaria, buscar el máximo estado de salud del niño y del adolescente, promocionar su salud, prevenir la enfermedad y facilitar su recuperación en caso de contraerla, fomentar y ejercer la docencia sobre Pediatría de Atención Primaria del pregraduado y postgraduado (Médicos Residentes de Pediatría, Médicos Residentes de Medicina Familiar y Comunitaria y profesionales del ámbito de la Atención Primaria), fomentar y ejercer la investigación, coordinar los diferentes programas sanitarios relacionados con el niño, recoger los problemas e inquietudes relacionados con el ejercicio de la Pediatría de Atención Primaria y representar los intereses de sus socios en el marco de las leyes y ante los distintos organismos (Administraciones Públicas Sanitarias y Docentes, otros órganos o entidades Nacionales o Internacionales), y coordinar con otras asociaciones similares (regionales, nacionales o internacionales) actividades y proyectos encaminados a la mejora de la Pediatría en Atención Primaria.

Para más información:

BERBÉS– Gabinete de prensa de AEPap

Rosa Serrano / María Valerio

610 22 14 10 / 637 55 64 52

rosaserrano@berbes.com / mariavalerio@berbes.com