

NOTA DE PRENSA

Los pediatras de Atención Primaria recuerdan que 8 de cada 10 ahogamientos infantiles en España se producen en piscinas privadas y piden extremar las precauciones

- **No dejar a los menores sin vigilancia en el agua, ni al cuidado de otros menores, aunque sepan nadar es clave para evitar accidentes en el agua**
- **Los pediatras de Atención Primaria señalan que la prohibición de bañarse hasta dos o tres horas después de comer “no tiene sentido”**
- **AEPap recomienda revisar los sistemas de seguridad en vehículos para niños y asegurar que son los adecuados para su edad antes de emprender viajes por carretera**

Madrid, 28 de junio de 2019 – “En las piscinas privadas o de viviendas unifamiliares se dan el 80% de los ahogamientos infantiles en nuestro país”. Así lo explica la Dra. María Jesús Esparza, portavoz de la Asociación Española de Pediatría de Atención Primaria (AEPap). En España, las piscinas privadas aún no están sometidas a normas obligatorias. En cuanto a las comunitarias, las normas varían en función de Comunidades Autónomas y ayuntamientos. Por ello, desde la AEPap, con ocasión de la llegada del verano y de las vacaciones escolares, se recomienda extremar las precauciones en estos espacios y, en general, en todas las actividades acuáticas y al aire libre.

“El riesgo es mayor en momentos de confusión”, indica la Dra. Esparza. “Por ejemplo, al llegar a un hotel con piscina, en cumpleaños que se celebran en torno a una piscina... En estas situaciones, puede ser una buena idea hacer turnos entre los adultos para vigilar a los niños”, propone. Las recomendaciones para evitar ahogamientos en menores pasan por no dejarlos nunca sin vigilancia. Aunque es positivo que aprendan a nadar pronto, es necesario vigilar incluso cuando los niños saben nadar, pues “pueden surgir problemas imprevistos mientras están en el agua”, señala la Dra. Esparza. Una de las principales recomendaciones de los pediatras de Atención Primaria es no dejar a los niños pequeños al cuidado de niños mayores, pues “pueden despistarse y perder de vista al pequeño”, asegura. En cuanto a la playa, el consejo de AEPap es “seguir las indicaciones de los vigilantes y no bañarse cuando nos dicen que las condiciones del mar no lo permiten”.

La AEPap cuestiona, sin embargo, otras recomendaciones tradicionales, como las relacionadas con el denominado “corte de digestión”. La Dra. Esparza comenta que este término “es muy confuso, ya que en realidad se trata de una ‘hidrocución’, un choque de temperaturas entre el cuerpo (caliente) y el agua (fría)”. Si se produce este choque se puede ralentizar de forma refleja la frecuencia cardíaca y puede haber pérdida de conocimiento e incluso paro cardíaco y, por lo tanto, ahogamiento. “Esto no tiene nada que ver con la digestión, pero tras las comidas muy copiosas, es más probable que ocurra”, explica la Dra. Esparza. Sin embargo, “es raro que un niño haga comidas copiosas en verano, por lo que la prohibición del baño en las dos o tres horas después de comer no tiene sentido. Sobre todo, si el agua no está especialmente fría. Podría ser peor, si en esa espera el niño está jugando al sol y luego se tira de golpe al agua”.

El medio acuático es sólo uno de los aspectos relacionados con el verano en el que hay que extremar las precauciones, de acuerdo con AEPap. Los pediatras de Atención Primaria también recuerdan la necesidad de emplear protección solar en todas las actividades al aire libre, así como prevenir el golpe de calor. Para evitar que los niños lo sufran es necesario “dejar que beba agua con frecuencia y evitar el ejercicio físico en condiciones extremas de calor”, explica la Dra. Esparza.

Otro riesgo de las actividades al aire libre son las picaduras de insectos, arácnidos o animales marinos. En el primer caso, se pueden prevenir “aplicando repelentes en la piel o la ropa. Son preferibles los naturales a los que contienen dietiltoluamida”, explican los pediatras de Atención Primaria en su web [Familia y Salud](#). En cuanto a los niños sensibilizados a las picaduras de avispas y abejas, deben adoptar precauciones adicionales, como no caminar descalzos, evitar las ropas de colores brillantes o muy llamativas y los olores intensos, como las colonias.

Respecto a los animales marinos, como las medusas, se recomienda “lavar la herida, sin frotar, con agua salada o suero fisiológico y retirar restos”. Si la reacción es grande, se recomienda aplicar una crema de corticoides.

Seguridad vial en vacaciones

Además de las recomendaciones para las actividades al aire libre, los pediatras de Atención Primaria recuerdan la necesidad de tomar también medidas preventivas de cara a los viajes en verano. En primer lugar, en los trayectos por carretera. En estos casos, no sólo es básico emplear sistemas de retención (sillitas y cinturones) para menores de todas las edades, sino también utilizarlos correctamente.

La Dra. Esparza recuerda que “son una de las medidas de prevención que más vidas salvan” y las familias, en general, están concienciadas sobre la necesidad de su uso. Sin embargo, no siempre están adaptadas de forma adecuada a la edad y tamaño del niño. “En los niños, que crecen sin parar, hay que cambiar la sillita con el tiempo. El momento de hacerlo es cuando el niño ya no está cómodo porque literalmente ya no cabe”, explica. Sin embargo, “está demostrado que de los sistemas de retención infantil, es más seguro el 0 que el 1, el 1 que el 2 y el 2 que el 3. Por ello, se recomienda mantener al niño en el sistema anterior mientras se pueda”, señala.

Lo que muchos padres desconocen es que “se recomienda que los niños viajen en el sentido contrario a la marcha mientras la longitud de sus piernas lo permita”, explica la Dra. Esparza. También, que todos los menores que midan menos de 135 cm. han de viajar en los asientos traseros y usar un dispositivo homologado adaptado a su talla y peso. Si miden entre 135 y 150 cm. podrán usar indistintamente el dispositivo de retención o el cinturón de seguridad para adultos.

En los viajes por carretera, además, es recomendable tener una buena ventilación en el coche y evitar el humo del tabaco. Y, por supuesto, en ningún momento dejar a un niño solo en un coche.

En cuanto a los viajes internacionales, la AEPap recuerda la necesidad de tomar precauciones específicas en función del destino y, en su caso, visitar un Centro de Vacunación Internacional con la antelación suficiente para que haya tiempo de administrar las vacunas necesarias.

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 4.000 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

686169727 / 637 55 64 52

rosaserrano@berbes.com / mariavalerio@berbes.com