

## Ciencia & Sociedad

“ En estas últimas semanas se ha observado un aumento de los casos de enfermedades respiratorias en niños, y los paseos y salidas de fin de año son algo frecuente, por eso es importante evaluar el estado de salud del niño o niña antes de tomar la decisión de participar ”  
*Alejandra Verri, docente de Enfermería UdeC, Campus Chillán*

Noticias UdeC

TEMPORADA ESTIVAL

En días de playa o piscina, los niños deben estar bajo permanente supervisión, independiente de si saben nadar o no. Los accidentes asociados a los cuerpos de agua pueden ocurrir no solo porque un niño no sabe nadar, sino también porque a veces los juegos o piruetas podrían terminar en graves lesiones, explicó la enfermera Alejandra Verri Espinosa, docente de la carrera de Enfermería en el Campus Chillán de la Universidad de Concepción. La profesional recomendó evitar clavados de cabeza o en altura, que muchas veces terminan en accidentes graves, hasta mortales.

Existe una creencia popular en nuestro país relacionada con el tiempo que se debe esperar para entrar al agua después de comer. “La evidencia científica nos demuestra que no hay relación ninguna con el riesgo de ahogamientos y el ‘estómago lleno’, por lo tanto, es una decisión personal de cada familia”, asegura. Para Verri, la clave está en no consumir alcohol o drogas antes de entrar al agua, dado que aumenta el riesgo de ahogamiento y disminuye la capacidad de reacción.

“Estas últimas semanas se ha observado un aumento de los casos de enfermedades respiratorias en niños, y los paseos y salidas de fin de año son algo frecuente, por eso es importante evaluar el estado de salud del niño o niña antes de tomar la decisión de participar”, añadió Verri, recomendando que en niños que estén cursando un cuadro respiratorio infeccioso no es adecuado el baño en piscinas o en el mar.

“La recomendación más importante en relación con la seguridad de los niños es la constante supervisión por un adulto. Siempre los accidentes se relacionan con eventos que son prevenibles, caídas, ahogamientos, golpes de calor, etc.”, explicó. En el caso de querer usar elementos de protección como flotadores, el chaleco salvavidas es la recomendación más adecuada. Se pueden usar otro tipo de flotadores, pero estos deben estar bien inflados, en buenas condiciones, no usar flotadores de cuello en guaguas y elegir el formato adecuado a la edad y tamaño del niño.

En el caso estar presente en el momento que un niño se está ahogando, la enfermera entregó las siguientes recomendaciones: lo primero es mantener la calma; luego se debe sacar al niño del agua en forma segura, debe ser alguien que

# Prevención, primeros auxilios y salud auditiva: las claves para evitar accidentes en playas y piscinas

**Durante esta temporada especialistas UdeC alertan sobre situaciones que puedan perjudicar nuestra salud.** La supervisión constante para evitar accidentes, conversar los riesgos, prevenirlos, aprender a realizar primeros auxilios y el cuidado auditivo son esencial para disfrutar de las playas y piscinas.



FOTO: COOKIE\_STUDIO EN FREEPIK

sepa nadar, no es la idea que se ponga en riesgo a más personas. Posteriormente, evaluar si el niño responde a estímulo y si respira. “Solicite ayuda, de preferencia que alguien más llame al Servicio médico de Urgencias SAMU (131). Si el niño no responde a estímulo (esta inconsciente) y no respira se debe iniciar la respiración boca a boca lo antes posible”, explicó. Si el infante no responde, se inician las maniobras de RCP “considerando 30 compresiones cardiacas y dos respiraciones en ciclos continuos y debe

mantenerse hasta que llegue el personal de emergencias.”

### Cuidado de los oídos al entrar al agua

«El oído humano, como lo conocemos hoy, lleva miles años, y resulta que está hecho para meterse al agua», apuntó el Director del programa de especialización en otorrinolaringología en la Universidad de Concepción, Dr. Ricardo Alarcón Grandón. El especialista explicó que el oído “tiene una capa impermeabilizadora que está

dada por el cerumen y además renueva su piel al doble de la velocidad del resto del cuerpo”, mecanismos que ayudan a mantenerlo limpio y saludable.

“Hay personas de que por humedad persistente o por alguna condición de inmunodeficiencia local, por diabetes o cosas así, pueden generar infecciones en el oído producidas por el agua. Y ahí se manifiestan como dolor y como supuración”, explicó Alarcón, añadiendo que si en algún momento una persona que ha estado expuesta “a las

termas en invierno, a las piscinas en verano, presenta esos síntomas, debe acudir a un otorrinolaringólogo porque necesita tratamiento oportuno”.

El tratamiento es simple: gotitas de antibiótico en la oreja y evitar la exposición al agua. “Esas precauciones se mantienen por 3, 4 semanas y ahí la persona ya puede volver a hacer su vida normal”, finalizó.

### OPINIONES

Twitter @DiarioConcepcion  
 contacto@diarioconcepcion.cl