Publicado en el 30/12/2016

Archives of Disease in Childhood avisa de cuales son las principales amenazas de la Nochevieja

Pese a que se trata de una festividad, existen ciertos riesgos a los que no se suele prestar atención, pero que es bueno conocer

La Nochevieja es una fiesta especial para despedir al año que se va, pero puede traer consigo algunos problemas para la salud desconocidos

La Nochevieja es una festividad impregnada de ilusión y nostalgia. Despedimos al año que se va al mismo tiempo que afrontamos con energía los doce meses que tenemos por delante. Y, probablemente, a las discusiones durante la cena se sumará posteriormente la resaca tras una noche de fiesta y celebración que quizás se prolongue hasta el amanecer. Lo que es menos conocido es que el 31 de diciembre también trae consigo algunas amenazas para la salud tan desconocidas como sorprendentes.

Atragantarse con las uvas, corchos que salen despedidos de las botellas y las temidas resacas, problemas frecuentes para la salud en Nochevieja

La primera es, sin duda, la resaca. Los dolores de cabeza, temblores y mareos repentinos provocados por el consumo excesivo de bebidas alcohólicas, muchas de ellas mezcladas con alcohol de garrafón, se originan después de que nuestro organismo haya activado unas "señales de alarma" por culpa del etanol ingerido. La resaca, sin embargo, no produce deshidratación, por lo que comer antes y después o beber mucha agua no van a terminar con el malestar. Para evitar la resaca, el consejo es no consumir alcohol o hacerlo con moderación y, desde luego, evitar el paracetamol, dado que se metaboliza en el hígado y podríamos tener problemas peores de los que imaginamos.

El segundo peligro de la Nochevieja llega con el consumo de las clásicas doce uvas. Según la revista Muy Interesante, la tradición comenzó a principios del siglo XX, cuando un excedente de fruta en Alicante provocó la organización de este peculiar modo para festejar el final de año. El atrangantamiento al comer las doce uvas, sin embargo, es una seria amenaza para la salud. Hace veinte años, una mujer falleció en Madrid por culpa de esta tradición, como certificó posteriormente la autopsia. La señora de 58 años falleció asfixiada al atragantarse y no poder respirar.

Atragantarse con las uvas es, de hecho, un problema demasiado habitual. Según un estudio publicado en Archives of Disease in Childhood, esta amenaza para la salud con la que solemos bromear en Nochevieja es la tercera causa de muerte infantil relacionada con alimentos. Los investigadores señalaban en The Guardian que sería ideal poner un aviso en los supermercados para alertar a las familias sobre los riesgos de consumir productos pequeños como las uvas y los tomates cherry. La compresión abdominal, un procedimiento de primeros auxilios desarrollado por el médico Henry Heimlich, que falleció hace unos días, es la técnica que debemos seguir con el objetivo de desobstruir el conducto respiratorio y evitar la asfixia.

Debemos vigilar especialmente el menú de la cena, evitando alimentos que puedan ocasionar alergias entre nuestros invitados y no consumir productos en mal estado

Otra de las amenazas para la salud que trae consigo la Nochevieja afecta directamente a nuestros ojos. Según la Academia Americana de Oftalmología, el corcho de las botellas de champán puede salir despedido a más de 80 kilómetros por hora. Una velocidad rapidísima que puede provocar serios problemas visuales, incrementando el riesgo de glaucoma, desprendimiento de retina o rotura de la estructura ósea del ojo. Para evitarlo, los científicos recomiendan enfriar las botellas de champán, cava, sidra o vino espumoso, ya que el corcho de una botella más caliente puede tener más probabilidades de salir despedido sin que nos demos cuenta. No se debe agitar la botella, ya que hacerlo aumenta la posibilidad de lesiones oculares, y abrirla siempre en un ángulo de 45º sin apuntar a nadie. Además, se debe sujetar el corcho con la mano y, si se puede, con una toalla, para frenar su salida de la botella.

La comida también representa un riesgo en las fiestas navideñas. Y es que la cena puede amargarnos la Nochevieja en caso de que suframos alergia al marisco, una de las reacciones de hipersensibilidad más frecuentes que existen, junto con el pescado. Los productos más problemáticos son los crustáceos, que incluyen a los camarones, langostas, gambas, cigalas y nécoras, entre otros. Para evitar sorpresas de última hora, lo mejor es saber si nuestros comensales sufren algún tipo de alergia y excluir de su menú los alimentos que no puedan tomar. El segundo consejo es vigilar la preparación de comidas y tirar los alimentos en mal estado. En el caso de que comamos productos en descomposición, como huevos o carnes, podríamos sufrir una salmonelosis, una de las enfermedades de transmisión alimentarias más frecuentes que existen. Y es que la Nochevieja, pese a ser un motivo de celebración, trae consigo amenazas para la salud que desconocemos en muchas ocasiones.

El presente comunicado ha sido publicado primero en hipertextual.com

Datos de contacto:

Nota de prensa publicada en:

Categorías: Internacional Nacional Telecomunicaciones Gastronomía Innovación Tecnológica

NotasdePrensa
https://www.notasdeprensa.es