

Cinco enfermedades comunes en los niños durante el verano

El verano implica más tiempo al aire libre, viajes, cambio de hábitos y rutinas, lo que puede exponer a los niños a infecciones y enfermedades debido a cambios en la temperatura, humedad y nutrición. Los médicos de Quirónsalud Bizkaia ofrecen asesoramiento sobre cómo prevenir y tratar algunas de las patologías más comunes en esta temporada

La piel, barrera protectora

En ocasiones, la barrera de protección natural de la piel se ve afectada y pueden aparecer afecciones cutáneas como es el impétigo, muy común en esta época. Como señala la doctora Raquel Fernández, jefa del servicio de Pediatría del Hospital Quirónsalud Bizkaia, en el caso del impétigo las lesiones pueden aparecer en "cualquier parte de la piel" y con frecuencia alrededor de la nariz o la boca y en los brazos y piernas. "Inicialmente, parece un granito, herida o ampolla pequeña, posteriormente se hacen más grandes y toman el aspecto costroso o de herida húmeda con una costra amarillenta." -explica la pediatra- "Además, con frecuencia se extiende a varias zonas en poco tiempo". El tratamiento de elección es con antibiótico y dependiendo de la extensión de la infección se puede valorar si se da en crema (antibiótico tópico) o bien de forma oral (jarabe, pastillas o sobres), también puede darse una "combinación de ambas opciones". La clave para prevenir esta infección es una buena higiene: "lavarse bien las manos, así como limpiar y desinfectar las heridas y rozaduras u otras lesiones de la piel", indica la doctora Fernández.

Diarrea: rehidratar sí, refrescos no

"Hablamos de diarrea cuando las deposiciones son blandas o líquidas, más abundantes y más frecuentes de lo habitual", explica la pediatra Raquel Fernández. Señala además que puede acompañarse de dolor abdominal, fiebre y/o vómitos. La doctora añade que la causa más frecuente de diarrea en la infancia son las infecciones víricas, en ocasiones también hay diarreas producidas por bacterias o parásitos o por otras causas. La duración es variable, en general unos pocos días. Se deben ofrecer líquidos con frecuencia, especialmente tras cada deposición diarreica. "En casos leves puede tomar agua con frecuencia, que beba lo que quiera. En casos más intensos, con deposiciones líquidas abundantes, se recomiendan las soluciones de rehidratación oral, lo que conocemos como suero oral de farmacia", explica la doctora Fernández. Aclaran desde el servicio de Pediatría que no son adecuados los refrescos, zumos, bebidas isotónicas (tipo Aquarius o similar) ni los sueros de preparación casera (conocida como limonada alcalina). Es adecuado que coma, no es necesario hacer ayuno, aunque los niños con diarrea suelen tener poco apetito. "Podemos ofrecerle la alimentación que vaya tolerando, siempre sin forzar, evitando comidas grasas o con mucho azúcar", puntualizan desde Quirónsalud Bizkaia. Añaden los pediatras que no es necesario hacer ninguna dieta especial, ni restringir demasiado la alimentación.

Prevenir la dolorosa otitis es posible

La salud auditiva de los pequeños suele verse afectada por las actividades acuáticas que aumentan el riesgo de infecciones de oído, comúnmente conocidas como otitis. Los síntomas más comunes incluyen dolor intenso en el oído, sensación de taponamiento o disminución de la audición, supuración o secreción de líquido y picazón o irritación dentro del oído. La especialista en Otorrinolaringología del

Centro Médico Quirónsalud Plaza Euskadi, la doctora Jennifer Cueva, recomienda secar bien los oídos, usar tapones para evitar la entrada de agua y evitar bastoncillos para limpiar los oídos, ya que empujan la cera hacia adentro y provocan bloqueos. Si se sospecha de una otitis, un pediatra o especialista en otorrinolaringología puede prescribir el tratamiento adecuado: "este tratamiento generalmente incluye gotas óticas con antibiótico y, en algunos casos, un corticoide para reducir la inflamación", aclara la especialista.

Conjuntivitis, no olvides el lavado de manos para prevenirla

El verano es una época en la que los ojos sufren más de lo normal por la exposición al sol, al salitre del mar, la arena de la playa y al cloro de las piscinas. Desde el servicio de Oftalmología del Hospital Quirónsalud Bizkaia señalan que los síntomas más frecuentes son picor, irritación de ojos con enrojecimiento y en ocasiones secreción. Es una enfermedad contagiosa, por lo que es importante cuidar la higiene de manos y no compartir toallas. El tratamiento principal son los lavados con suero fisiológico, señalan los especialistas del hospital vasco, y en caso de que no remitan los síntomas, recomiendan acudir al pediatra para valoración.

Los niños, los más vulnerables ante altas temperaturas

"El golpe de calor consiste en una elevación excesiva de la temperatura corporal debida a la exposición a altas temperaturas, por no estar adecuadamente hidratados o por realizar un ejercicio físico intenso", explica el pediatra David Rivera, del Hospital Quirónsalud Bizkaia.?

"Los niños más pequeños, menores de 4 años y sobre todo los menores de 1 año, son los más vulnerables, ya que su temperatura corporal sube más rápido que en los adultos porque tienen menor reserva de agua y sudoración y un aparato respiratorio aún inmaduro". Un niño que sufre un golpe de calor puede presentar mareos, vómitos, fiebre superior a 40°C, cefalea o irritabilidad y taquicardia", explica el pediatra. También incide en que, en los casos más graves, se pueden producir desmayos o pérdida de conciencia. No obstante, también hay que estar atentos a otros síntomas como "piel seca y muy caliente, fatiga, debilidad, respiración superficial y rápida o calambres musculares".

Datos de contacto:

Andrea Mercado
Hospital Quirónsalud Bizkaia
639434655

Nota de prensa publicada en: [Bilbao](#)

Categorías: [Medicina País Vasco Infantil](#) [Bienestar](#) [Servicios médicos](#)

NotasdePrensa

<https://www.notasdeprensa.es>