

Cuidado con las enfermedades o accidentes en los campamentos infantiles



Por: Redacción
editorial@noticiali.com

Durante las vacaciones de la temporada de verano los campamentos infantiles son lugares muy frecuentados por niños y niñas que buscan disfrutar de juegos y actividades al aire libre mientras comparten con nuevos amigos.

En general los menores se lo pasan muy bien, pero nunca están libres de tener algún problema: una enfermedad, una lesión, una picadura o algún otro percance. Para evitar esos sustos, es necesario tomar una serie de medidas de prevención.

Entre las enfermedades y accidentes que se producen con frecuencia en los campamentos se señalan:

— Traumatismos comunes: cortaduras, rasguños, golpes y esguinces.

— Picaduras de insectos y reacciones alérgicas.

— Problemas relacionados con el calor o con el frío: golpe de calor o hipotermia.

— Infecciones de la piel: hongos, impétigo.

— Vómitos, diarrea (gastroenteritis), catarro, fiebre y otitis externa.

— Estreñimiento al cambiar de hábito. Se recomienda una alimentación rica en fibra, equilibrada y saludable y que los niños se acostumbren cada día a beber mucha agua.

— Transmisión de piojos. Una revisión por parte de los organizadores nada más llegar puede evitar problemas posteriores.

Deshidratación

Para evitar la deshidratación producida por el sol y el calor en esta época del año es recomendable beber agua de



(Foto: Noticia)

Golpes, cortes, picaduras, deshidratación por calor, diarrea o infección por hongos son problemas de salud más frecuentes en los "Summer Camps".

manera continuada. La hidratación es esencial para el buen funcionamiento del organismo. La deshidratación se produce cuando la salida de agua y de sales es superior a la entrada de éstas en nuestro cuerpo.

Esto puede provocar golpes de calor, vómitos e incluso fiebre. Algunos de los síntomas son los siguientes: sed, no orinar mucho, dolor de cabeza, piel y boca seca o latidos cardíacos más rápidos de lo habitual. La solución a este problema es muy simple: restituir los líquidos bebiendo agua o bebidas isotónicas.

Infección por hongos

En verano, se prescriben más casos de infección por hongos, porque se dan las condiciones ideales para su aparición: un aumento de la temperatura y

la humedad, junto con una mayor actividad física.

Los síntomas de los hongos en los pies se pueden reconocer visualmente al comparar ciertas áreas enrojecidas pruriginosas, con vesículas. También con pigmentación o despigmentación de las uñas. Otro modo de presentarse es a través del engrosamiento ungueal. Y por último, otro de los síntomas de tener hongos son las lesiones descamativas inflamatorias entre los dedos de los pies.

Para evitar estas infecciones en los campamentos, si se hace deporte, se recomienda practicarlo sin calzado y calcetines porque retienen la humedad. Prendas que favorezcan la transpiración. Mantener siempre los pies lo más secos posibles.

Otra manera de evitar los hongos es mantener los pies sanos sin heridas en las uñas y evitar caminar descalzo por áreas comunes de piscinas, gimnasios, aseos, etc. Para combatir esta infección se recomiendan tratamientos con anti-fúngicos bebibles en general acompañados con tratamientos locales. Si la extensión es pequeña se puede realizar un tratamiento tópico.

Campamento con Redes Sociales

No hay nada que preocupe más a un padre o una madre que su hijo o hija sufra de una enfermedad o problema de salud durante el campamento de verano. No obstante, una vez que el niño ha partido hacia su destino en autobús, tren u otro transporte, lo mejor es que los padres intenten relajarse y confiar en los organizadores del campamento infantil. Deben evitar cuestionar sus decisiones, llamar a todas horas o dar instrucciones.

Los padres pueden encontrar un buen respaldo en aquellos campamentos que se han incorporado a las redes sociales y que muestran a través de Facebook o Twitter el plan del día, las actividades realizadas o las fotografías de la jornada. Lo mejor para estar tranquilos a la hora de que los hijos partan al campamento de verano es asegurarse de que ellos acuden al viaje con un buen estado de salud.

Se recomiendan a los padres que tengan en cuenta los aspectos relacionados con la salud en la organización del campamento y que pidan que exista al menos una persona responsable de esta cuestión, que los padres la conozcan y a la que tengan acceso tanto en reuniones previas como durante el campamento. Entre la documentación básica necesaria para todos los niños deben considerarse la tarjeta sanitaria, la cartilla de vacunaciones y alergias médicas conocidas.