

[Pide HNM proteger a las infancias para evitar accidentes en albercas](#) [1]



[2]

Siempre se debe mantener vigilancia en niñas, niños y adolescentes, a pesar de que sepan nadar

Durante esta temporada de calor, uno de los sitios más visitados son los balnearios y albercas en casas de descanso, ante ello, el Hospital del Niño Morelense (HNM) pidió a madres, padres de familia y/o cuidadores, a mantener las medidas de vigilancia pertinentes para evitar accidentes.

Mariel Guzmán Montes, encargada de despacho de la Dirección de Unidad de Enseñanza e Investigación del HNM, indicó que la natación es un excelente ejercicio físico para niñas, niños y adolescentes, sin embargo, se deben tener ciertos cuidados para no poner en riesgo su bienestar.

“Es importante que siempre un adulto responsable esté al cuidado de las y los niños cuando están en una alberca. No debemos confiarnos, aunque consideremos que saben nadar, porque en caso de algún incidente, por temor, la niña o niño podrían reaccionar de manera en la que se causara una afectación”, dijo.

Guzmán Montes recomendó considerar no entrar a la alberca después de comer ya que, debido al proceso de digestión, la circulación de la sangre se concentra en el sistema digestivo, lo que puede generar diversas reacciones. Asimismo, insistir a las y los menores en no tomar agua de las albercas ya que contienen múltiples bacterias que pueden provocar infecciones intestinales.

También, mencionó que, es necesario que se utilice bloqueador solar para proteger la piel y preferentemente utilizar trajes de baño que cubran la mayor parte del cuerpo; en caso de instalar albercas inflables, es importante no dejarlos solos, ya que pudieran sufrir resbalones y/o caídas.

Por último, Mariel Guzmán refirió que, en el caso de que sean albercas profundas o acudan a alguna playa, lo recomendable es que niñas y niños utilicen siempre chaleco salvavidas. Así como, verificar que se hidraten adecuadamente durante el tiempo que están en un lugar con sol para evitar un golpe de calor.

Nota: Este material es de carácter informativo.

[VIDEO: Pide HNM proteger a las infancias para evitar accidentes en albercas](#) [3]



[4]

0

URL de origen: <https://salud.morelos.gob.mx/node/6973>

Enlaces

[1] <https://salud.morelos.gob.mx/noticias/pide-hnm-proteger-las-infancias-para-evitar-accidentes-en-albercas>

[2] https://salud.morelos.gob.mx/sites/salud.morelos.gob.mx/files/noticias/principal/whatsapp_image_2024-03-29_at_09.19.38.jpeg

[3] <https://youtu.be/LHM3QWVwj1c>

[4] https://salud.morelos.gob.mx/sites/salud.morelos.gob.mx/files/noticias/galeria_fotografica/nadar_seguros.jpg