

Éxito de participación en la Jornada de Dermoprotección del Servicio de Pediatría de Clínica Rotger

Más de 30 familias han participado en la Escuela de Dermoprotección que un año más organiza el Servicio de Pediatría de Clínica Rotger. La Jornada dirigida a padres, madres y abuelos aporta "Consejos para vivir un verano seguro" de la mano del equipo de pediatría de la Clínica, en una sesión siempre amenizada por el buen humor de los payasos de la "Sonrisa Médica"

REDACCIÓN

Llega el verano, una etapa que para los niños y las familias es sinónimo de diversión y ocio al aire libre. Se trata de una de las mejores épocas del año para disfrutar y pasarlo bien pero también existen ciertos riesgos que se pueden prevenir y sobre los que es aconsejable saber cómo actuar.

La **doctora Lucrecia Meirama**, pediatra de Clínica Rotger ha explicado las precauciones que se deben tomar en fotoprotección pediátrica. Según la doctora la radiación solar está influenciada por factores como la estación del año y la hora del día, siendo entre las 11h y las 16h del verano, el momento de mayor radiación. Otros aspectos a tener en cuenta son la presencia de nubes o polvo que reducen la radiación o la superficie reflectante en la que nos encontramos, por ejemplo: la nieve refleja un 80% los rayos del sol, mientras que la arena lo hace un 25% y el agua un 10%.

A modo orientativo, los especialistas recuerdan que es conveniente aplicar la máxima de que "si no ves tu sombra, mejor busca una".

En cuanto a los principales efectos adversos y consecuencias de la radiación solar cabe recordar que son el fotoenvejecimiento, las quemaduras solares que constituyen un factor de riesgo para el carcinoma basocelular o el cáncer cutáneo. Según explica la **doctora Meirama**, "Los pacientes pediátricos suelen desarrollar quemaduras con mayor facilidad que los adultos al tener la piel más delgada, por lo tanto, deben extremar las medidas de protección".

Así, las principales medidas son la reducción de exposición al sol durante las horas centrales del día, utilizar protección



Equipo de la Escuela de Pediatría de Clínica Rotger con la "Sonrisa Médica".



Educación y fotoprotección con buen humor de la mano de la Escuela de Padres de Clínica Rotger y la "Sonrisa Médica".

física, como ropa fotoprotectora, sombreros de ala ancha o gorras para proteger la piel de la cara y cuello y gafas de sol homologadas, así como, el uso de protectores solares, con un factor de fotoprotección 50, resistentes al agua y adaptados para niños.

Estos protectores deben aplicarse 30 minutos antes de la exposición solar y replicarse cada dos horas. Conviene prestar especial atención a zonas que pueden quedar desprotegidas como el cuello, el pabellón auricular, el dorso de las manos y el empeine. Finalmente, para los bebés de entre 0 y 6 meses es recomendable evitar la exposición solar directa y vigilar que estén bien hidratados.

Picaduras de insectos

Para el manejo de las picaduras, según la intensidad de los síntomas se recomienda el lavado de la piel con agua y ja-

► La doctora Teresa Darder, Jefa de Servicio de Pediatría de Clínica Rotger: "La Jornada de Fotoprevención de Clínica Rotger es un éxito de asistencia de familias, y un ejemplo de formación con buen humor gracias a los especialistas y a la colaboración de la Sonrisa Médica"

bón, la extracción de cuerpos extraños por ejemplo aguijones mediante el uso de una pinza estéril y su desinfección con antisépticos y si se precisa corticoides tópicos de potencia leve. La aplicación de frío local también permite un efecto antiinflamatorio y analgésico.

¿Cómo actuar frente a las picaduras de medusas?

Frente a las picaduras de medusa las recomendaciones específicas son evitar frotar la zona afectada, colocar frío, pero nunca el hielo directamente, sobre la zona afectada durante 10 o 15 minutos con

intervalos de descanso. Para evitar la infección, se puede utilizar un antiséptico como alcohol yodado, tres veces al día durante las 48 horas siguientes o hasta que cicatrice la herida. En caso de presentar síntomas como vómitos, mareos, rama muscular o dolor de cabeza se debe acudir al médico y si es posible informar sobre el tipo de medusa que ha picado al paciente.

Finalmente, el **doctor Juan Ignacio Torelli** ha recordado la importancia de la supervisión permanentemente de los niños durante el tiempo que pasen cerca del agua, aunque estos sepan nadar.



La doctora Lucrecia Meirama, ha impartido el taller de Fotoprotección.

El servicio de Pediatría de Clínica Rotger organiza todos los años jornadas de dermoprotección, cada vez con mayor participación de las padres, madres y abuelos. Según confirma la **doctora Teresa Darder**, Jefa de Servicio de Pediatría de Clínica Rotger: "La Jornada de Fotoprevención de Clínica Rotger es un éxito de asistencia de familias y un ejemplo de formación con buen humor gracias a los especialistas y a la colaboración de la Sonrisa Médica". En este caso, para que el verano de los niños y sus familias sea un tiempo de diversión y ocio alejado de molestos inconvenientes como las quemaduras por los rayos ultravioleta, o las picaduras graves y en todo caso ofrecer a las personas que durante esta época pasan más tiempo cerca de los niños unas buenas pautas de actuación para minimizar los efectos de cada incidencia y fomentar que, ayudados por los payasos de la "Sonrisa Médica" este como otros, también sea un verano feliz.

El próximo evento de la Escuela de Crianza de Clínica Rotger será una sesión de Reanimación Cardiopulmonar pediátrica prevista para el próximo día 19 de junio a las 11:30h, abierto al público. Más información en el siguiente QR:



CRECERENCLINICAROTGER