



LOS CAMBIOS DE TEMPERATURA SE DEBEN REALIZAR CON CUIDADO.

Salud llama a cuidar a pequeños durante las vacaciones de invierno

PREVENCIÓN. *Piden evitar los cambios bruscos de temperatura, entre otros.*

Evitarse los cambios bruscos de temperatura, estar atentos a síntomas de enfermedades respiratorias y prevenir quemaduras por accidentes domésticos, son algunas de las recomendaciones entregadas por el Servicio de Salud Ñuble (SSÑ) durante esta temporada de descanso.

Durante el receso escolar, es habitual que niñas, niños y adolescentes participen más en actividades tanto dentro como fuera del hogar. En este contexto, y considerando que aún quedan más de 10 días de vacaciones de invierno, el SSÑ reiteró el llamado a reforzar las medidas de autocuidado, con especial atención a la prevención de enfermedades respiratorias y accidentes domésticos, principalmente por quemaduras.

Esta es una época en la que aumenta la circulación de virus como la Influenza A, Rinovirus, Virus Respiratorio Sincicial y el Covid-19, por lo que es clave tomar precauciones para

proteger especialmente, a los grupos de mayor riesgo.

“Es fundamental disfrutar del descanso invernal sin descuidar la salud. En primer lugar, refuerzo el llamado a la vacunación, esto es clave. A su vez, evitar los cambios bruscos de temperatura, ventilar los espacios cerrados y consultar a tiempo en caso de presentar síntomas, son medidas simples pero muy efectivas. Asimismo, es relevante tomar los resguardos dentro del hogar, donde también se incrementan los accidentes domésticos. Prevenir quemaduras, especialmente al momento de utilizar estufas, hervidores o manipular agua caliente es esencial, ya que con simples acciones podemos evitar emergencias”, señaló la Directora del SSÑ, Elizabeth Abarca Triviño.

Desde el SSÑ reiteraron el llamado a consultar oportunamente en los establecimientos de salud y a hacer un buen uso de la red asistencial.