# Prevención del Golpe de Calor (Hipertermia) PUNTOS DE DISCUSIÓN

Colabora con la Administración Nacional de Seguridad del Tráfico en las Carreteras (NHTSA) del Departamento de Transporte de los Estados Unidos para la campaña de prevención del calor extremo, *Cuando Estaciones, Detente, Revisa y Cierra*. El objetivo es darle a los padres y a los cuidadores de niños información crítica sobre el golpe de calor en vehículos. NHTSA, personas que abogan por la seguridad e instituciones académicas les recuerdan a los padres y los cuidadores la importancia de informarse sobre las consecuencias fatales de dejar a un niño sólo en un vehículo que se ha sobrecalentado.

**Todas las muertes son prevenibles.**

* El golpe de calor es una de las causas principales de muerte entre los niños de 14 años o menor relacionadas con vehículos que no ocurren a causa de un choque.
* Antes de alejarte de un vehículo, detente y revisa el vehículo para asegurarte que no haya un niño adentro y luego cierra las puertas del vehículo. Hacerlo sólo toma un segundo.
* Desde 1998, cuando los defensores de seguridad comenzaron a monitorear este tema, más de 969 niños han muerto debido a golpes de calor en vehículos. Cada muerte era prevenible.
* En 2023, 29 niños murieron debido al calor extremo en vehículos, lo que presenta una disminución en comparación con los 33 niños que murieron en 2022. La tasa de mortalidad ha sido menor en los últimos años.
* En promedio, 37 niños mueren cada año debido al golpe de calor en vehículos. El mayor factor de riesgo en estos casos fue un cambio de rutina.
* El calor extremo se produce en estos tres escenarios principales:
  1. Los niños son olvidados en vehículos por los padres o los cuidadores.
  2. Los niños entran a vehículos abiertos y quedan atrapados dentro.
  3. Los padres o los cuidadores dejan a los niños en el interior de vehículos de manera consciente.
* Es crucial que todos los padres, cuidadores y conductores entiendan que nunca deben dejar sólo a un niño en un vehículo, ni siquiera por un momento.

**Cómo ocurre esto:**

* La causa más frecuente de muerte por golpe de calor entre los niños es debido a que un padre o cuidador “olvida” a su niño en un vehículo. Aunque hay muchos factores en juego para que esto suceda, el más común es un cambio en la rutina. Toda familia experimenta en algún momento un cambio de rutina, por lo que todo padre o cuidador es susceptible a este error.
* La circunstancia del “olvido” representa más de la mitad del total de las muertes infantiles debido al calor extremo desde 1998. En aproximadamente la mitad de estas muertes producto del “olvido”, específicamente, el niño estaba en camino a la guardería o al preescolar. Un padre o cuidador muy atareado puede olvidar involuntariamente a un niño callado o dormido, que esté en un car seat mirando hacia atrás en la parte trasera del vehículo. Esto ocurre con mayor frecuencia con niños menores de un año. Siempre recuerda: *Cuando Estaciones, Detente, Revisa y Cierra*. Estas acciones podrían salvar una vida.
* Los niños pequeños están en riesgo sobre todo porque pueden subir a un vehículo sin supervisión. Los niños podrían estar jugando cerca de un vehículo o escondiéndose en él, pero si entran al automóvil sin el conocimiento de un adulto, existe la posibilidad que no puedan salir de él, especialmente si los seguros para niños están activados. Es fundamental enseñarles a los niños que los vehículos no son un lugar para jugar. Los padres deben adquirir el hábito de guardar las llaves y los llaveros (fobs) fuera del alcance de los niños.
* A veces, los padres dejan a los niños en el interior de un vehículo de manera consciente, porque no comprenden los peligros de que este se sobrecaliente o porque no comprenden la rapidez con la que un vehículo puede calentarse a temperaturas peligrosas. No se puede reiterar lo suficiente: nunca dejes a tu niño sólo en un vehículo, ni siquiera por un momento.
* El día de la semana puede influir en la incidencia de niños que han sido olvidados en vehículos, o en los niños que han entrado en un vehículo: es más probable que las muertes de niños “olvidados” ocurran los jueves y los viernes, mientras que las muertes en las que un niño sube a un vehículo sin el conocimiento de un adulto suelen ocurrir los fines de semana, siendo el domingo el día de mayor riesgo.
* Aproximadamente un 58% de las muertes debido al calor extremo ocurren cuando el niño está cerca de casa, seguidas por un 23% de muertes que ocurren en el trabajo de los padres o cuidadores.
* A finales de 2023, Texas y Florida tuvieron el mayor número de muertes infantiles debido al calor extremo. Otros de los estados con mayor riesgo de muerte debido a golpes de calor son Louisiana, Oklahoma, Mississippi, Alabama, Arkansas y Arizona.

**Las altas temperaturas corporales pueden causar lesiones permanentes o incluso la muerte:**

* El golpe de calor comienza cuando la temperatura corporal central alcanza aproximadamente los 104 grados y el sistema termorregulador está sobrepasado. Una temperatura corporal central de alrededor de 107 grados es fatal.
* Los niños son más susceptibles al calor que los adultos.
* Los niños corren un mayor riesgo que los adultos de morir debido al calor extremo en un vehículo caliente porque la temperatura corporal de un niño aumenta de tres a cinco veces más rápido que la temperatura corporal de un adulto.
* Los niños con mayor riesgo de sufrir un golpe de calor son los menores de 1 año, sin embargo, ellos representan un tercio de todas las muertes debido al calor extremo.
* En 10 minutos, un vehículo puede aumentar su temperatura hasta en 20 grados. Bajar una ventana ayuda muy poco para mantener fresco el vehículo.
* Las muertes debido al calor extremo han ocurrido incluso en vehículos estacionados en la sombra y cuando las temperaturas del exterior eran de 80 grados Fahrenheit o menos.
* El verano es la temporada alta para estos trágicos incidentes, con un promedio de dos muertes de niños por semana. Desafortunadamente, el golpe de calor puede ocurrir en temperaturas exteriores tan bajas como 57 grados. Los síntomas de inicio de un golpe de calor varían, pero pueden incluir:
  + Piel roja, caliente y húmeda, o piel seca
  + Falta de sudoración, aunque el niño se sienta caliente al tacto
  + Un pulso rápido fuerte o un pulso débil lento
  + Dolor de cabeza palpitante
  + Mareo
  + Náusea
  + Confusión
  + Irritabilidad o comportamiento extraño

**Estas tres cosas pueden salvar la vida de un niño:**

* NUNCA dejes a un niño en un vehículo sin supervisión.
* Acostúmbrate a mirar en el asiento trasero CADA vez que salgas del vehículo.
* SIEMPRE cierra el vehículo y deja las llaves fuera del alcance de los niños.

Para más información, visita [www.nhtsa.gov/es/campaign/campana-de-seguridad-de-los-ninos](https://www.nhtsa.gov/es/campaign/campana-de-seguridad-de-los-ninos).