



Los accidentes domésticos son la primera causa de mortalidad infantil en países desarrollados

LA AEP INVITA A LAS FAMILIAS A TOMAR MEDIDAS TANTO FRENTE A LA COVID-19 COMO A LOS ACCIDENTES DOMÉSTICOS PARA CELEBRAR LA NAVIDAD DE MANERA SEGURA

- Entre las recomendaciones, sugiere ventilar los hogares de manera constante; mantener la distancia, sobre todo con los no convivientes y especialmente con las personas mayores.
- Las medidas a adoptar durante las comidas son, si no se está comiendo, llevar puesta la mascarilla; no compartir los platos; realizar los aperitivos de pie y, si es posible al aire libre, y no chocar las copas para brindar.
- Los pediatras insisten en prestar atención a los niños, la decoración navideña y este año, especialmente, a las ventanas abiertas para evitar lesiones.

Madrid, 16 de diciembre de 2020.- La Asociación Española de Pediatría (AEP) invita a las familias a celebrar la Navidad de manera segura, en todos los sentidos, tanto en lo referente a adoptar medidas para la prevención de la COVID-19 como en la seguridad en las casas. *“Este año tan atípico, debemos ser especialmente sensibles y cuidadosos con la seguridad de los más pequeños en los hogares, donde pasarán más tiempo que en años anteriores. Ventilar los hogares de manera frecuente y si es de manera constante, mejor, prudencia y sentido común serán los mejores ‘adornos’ para estas fiestas”* explica **María García-Onieva, secretaria de la AEP.**

En este sentido, el **doctor José Manuel Moreno Villares**, coordinador del Comité de Nutrición y Lactancia Materna de la AEP, asegura que es *“más que recomendable que este año personas mayores y niños no compartan la mesa a no ser que se garanticen las medidas de seguridad básicas o sean convivientes regulares”*. El doctor Moreno Villares explica que, ante la circunstancia de pandemia, *“conviene separar las mesas más por grupos familiares convivientes que por edades y, desde luego, si hay personas mayores sentadas a la mesa estas deberán ocupar uno de los extremos. También aconsejamos acortar la duración de las comidas y cenas, y sentarse en la mesa a comer el tiempo estrictamente necesario”*, asegura el doctor. Otras recomendaciones realizadas por el Comité de Nutrición pasan por realizar los aperitivos de pie, respetando la distancia de seguridad y con la mascarilla puesta siempre que no se esté comiendo. Si es posible,

***Para más información. Gabinete de prensa de la AEP**

Ainhoa Fernández (687 718 250) / Vanessa Barrio (663 11 77 02)

afernandez@plannermedia.com / vbarrio@plannermedia.com



es recomendable comer de tal forma que haya distancia de al menos 1,5 metros entre los comensales, eso implica comer con la persona de enfrente en zigzag. *“Es mejor que sirva solo una persona la comida y que lo haga con mascarilla, -recuerda el doctor Moreno Villares-, evitar los platos compartidos, coger todos de la misma fuente y, lamentándolo mucho, es conveniente no brindar este año haciendo chocar las copas”.*

Por su parte, el coordinador del Comité de Promoción de la Salud (CPS-AEP), **el doctor Gerardo Rodríguez**, subraya que es *“importante recordar lavarse las manos de manera frecuente con agua y jabón, además de tener disponibles botes de hidrogel repartidos por diversos puntos de la casa y cerca de la mesa, pero en lugares que no estén al alcance de los niños”.*

Atentos a la decoración navideña

Los accidentes domésticos son la primera causa de mortalidad infantil en los países desarrollados. *“Este año especialmente, hay que tener cuidado con las ventanas abiertas, ya que airear las casas es fundamental y necesario para reducir las posibilidades de contagio de la COVID-19”*, explica el doctor Rodríguez. Sin embargo, no debemos despistar las escaleras y los objetos eléctricos, *“la cocina no es un lugar seguro para los niños, y mientras se está cocinando no deben de estar cerca del fuego, del horno ni de recipientes calientes”*, añade.

Es importante también mantener la seguridad a la hora de poner las decoraciones de Navidad de los hogares. Los adornos y las luces son elementos muy atractivos para los niños. *“Para evitar posibles accidentes, es conveniente identificar algunos peligros -bolas pequeñas, chimeneas, enchufes- y evitar que se acerquen a ellos”*, asegura este experto. Una buena opción es crear un espacio especial para ellos, con decoración adecuada a su edad que no suponga un peligro, como figuras de plástico de tamaño medio para el Belén o adornos de tela. *“De esta forma, saciarán su curiosidad y podrán jugar sin miedo a hacerse daño”*, añade el coordinador del CPS-AEP.

La AEP recuerda que los niños deben realizar una hora de ejercicio diaria, incluso en vacaciones, ya que, debido a los días libres, la interrupción de las actividades extraescolares y el frío, las fiestas de Navidad pueden favorecer el sedentarismo. Para evitarlo, el doctor Rodríguez recomienda *“aprovechar el tiempo libre para organizar actividades que impliquen la realización de una actividad física con los pequeños de la casa: dar un paseo por el campo o una excursión en bici son algunas actividades aeróbicas muy recomendables para practicar en familia”.*

“Es fundamental dedicar estos días a pasar tiempo con los más pequeños y los adolescentes de la casa. Hablar con ellos, sin las prisas del día a día, permitirá conocerlos mejor y, por tanto,

***Para más información. Gabinete de prensa de la AEP**

Ainhoa Fernández (687 718 250) / Vanessa Barrio (663 11 77 02)
afernandez@plannermedia.com / vbarrio@plannermedia.com



ayudarles en su correcto crecimiento, tanto físico como psicológico”, concluye doctora María García-Onieva.

Sobre la Asociación Española de Pediatría (AEP)

La Asociación Española de Pediatría es una sociedad científica que representa a cerca de 14 000 pediatras que trabajan tanto en el ámbito hospitalario como de atención primaria. Está integrada por todas las sociedades científicas de pediatría regionales y las sociedades de pediatría de las distintas especialidades. El principal objetivo de la asociación es velar por la adecuada atención sanitaria, fomentar el desarrollo de la especialidad, tanto en sus aspectos asistenciales como en los docentes y de investigación, además de asesorar a todas aquellas instituciones competentes en asuntos que puedan afectar o afecten a la salud, desarrollo e integridad del niño y del adolescente.

***Para más información. Gabinete de prensa de la AEP**

Ainhoa Fernández (687 718 250) / Vanessa Barrio (663 11 77 02)
afernandez@plannermedia.com / vbarrio@plannermedia.com