

Viajar con niños

Dra. Sesmero Lillo
28-Abril-2005

Los niños, por sus características fisiológicas, presentan gran susceptibilidad para padecer ciertas enfermedades. Para preparar un viaje con niños hay que tener en cuenta que los niños tienen mayor riesgo de infecciones, deshidrataciones y accidentes.

Los consejos generales incluyen: extremar las precauciones en la alimentación, evitando alimentos crudos y bebidas no embotelladas, llevar sales de rehidratación oral como parte del botiquín básico, usar cremas con alto factor de protección solar, aplicar repelentes de insectos, vestir ropas adecuadas, y evitar circuitos y actividades de riesgo.

La principal medida de prevención frente a muchas enfermedades infecciosas es la vacunación. Es muy importante comprobar que el calendario vacunal de los niños está completo para su edad antes del inicio del viaje. Dependiendo de la edad, las características del niño y el destino del viaje, puede ser necesaria la administración de vacunas no sistemáticas.

Los accidentes de tráfico causan el 40% de las muertes infantiles en los países industrializados. Además, se ha comprobado que más del 60% de los niños no usa ningún sistema de retención dentro del automóvil. Las nuevas normas de tráfico regulan los sistemas homologados de sujeción para niños hasta los doce años de edad. Se calcula que, con el uso adecuado de los dispositivos de seguridad, se evitaría el 71% de las muertes y el 67% de las lesiones graves producidas por accidentes de tráfico. Existen diferentes modelos de dispositivos de seguridad adaptados al tamaño del niño. Es responsabilidad de los adultos utilizar correctamente los sistemas de retención y dar ejemplo en la conducta de la conducción del vehículo.

Además de los accidentes de tráfico, los niños, por su desconocimiento del peligro, están expuestos a sufrir otro tipo de accidentes frecuentes como son los ahogamientos, las caídas y las mordeduras de animales.

En resumen, viajar con niños supone una aventura añadida que requiere de unos cuidados y precauciones especiales para unos viajeros especiales.