

Las enfermedades más frecuentes en verano

El aumento de las temperaturas en verano propicia el que haya una serie de patologías que sean más frecuentes en esta época:

- **Deshidratación:** la exposición a las temperaturas elevadas propias del verano sin las debidas precauciones hace que se pierda mucho agua corporal con el sudor, la micción o las heces. Si no se repone en cantidades suficientes y no se actúa ante los primeros síntomas puede llevar incluso a la muerte. Las personas mayores y los niños tienen mayor riesgo de deshidratación.
- **Quemaduras solares:** tomar el sol demasiado tiempo y sin protección puede causar quemaduras en la piel de segundo y tercer grado que requieren cuidados especiales en un servicio de urgencias. Se enrojece la piel y pueden producirse ampollas y ulceraciones, además de un intenso dolor.
- **Diarreas agudas:** suelen durar entre 3 y 7 días. Son de origen vírico y bacteriano y suponen un importante riesgo de deshidratación.
- **Intoxicaciones alimentarias:** se producen al ingerir alimentos en mal estado por efecto del calor o por reacciones alérgicas.
- **Otitis:** se pueden producir porque queda agua en el oído después de un baño en la playa o la piscina (otitis del nadador). Además, si el agua está contaminada por bacterias se puede originar una infección del oído medio.
- **Cistitis:** son frecuentes especialmente en las mujeres a causa del bañador mojado y las frías temperaturas del agua.
- **Infecciones fúngicas:** se pueden adquirir en cualquier lugar en el que se camine descalzo sobre un suelo mojado (piscinas, duchas y baños públicos, saunas, etc.) y previamente contaminado por otras personas que ya tienen la infección. La más común es la denominada pie de atleta.
- **Verrugas plantares:** son producto de una infección por papilomavirus y se adquieren del mismo modo que las fúngicas.
- **Faringitis y bronquitis:** en la mayoría de los casos están causadas por los cambios bruscos de temperatura, que supone estar en un local con aire acondicionado demasiado frío y salir al calor intenso de la calle.
- **Conjuntivitis:** las causas pueden ser diversas: exposición al sol, el aire acondicionado o una infección adquirida, por ejemplo, al abrir los ojos bajo el

agua de la piscina o la playa sin llevar gafas. También por el uso de lentillas durante demasiado tiempo o estar en ambientes muy cargados.

- **Reacciones alérgicas a picaduras de insectos:** hay que destacar de manera específica las de avispa y abejas (himenópteros).

Superintendencia de servicios de Salud
0800-222-72583-
www.sssalud.gob.ar