

BOLETIN DE JULIO

con el equipo de salud



Sistema de Control de Envenenamiento de California



Insectos comunes que pican!

- Abejas
- Avispas: avispones, avispones amarillos

California es hogar de muchos insectos que pican, como las abejas y las avispas. Las picaduras de insectos son comunes durante todo el año, pero es más probable que ocurran durante los **meses más cálidos de verano**, cuando más personas salen al aire libre. Las picaduras pueden crear una reacción desagradable en tu cuerpo, sin embargo, si eres alérgico al veneno, puedes experimentar anafilaxis, una reacción alérgica potencialmente mortal, ¡llama al **911** de inmediato! Por favor, aprende a mantenerte a salvo y prevenir picaduras de insectos visitando este enlace.

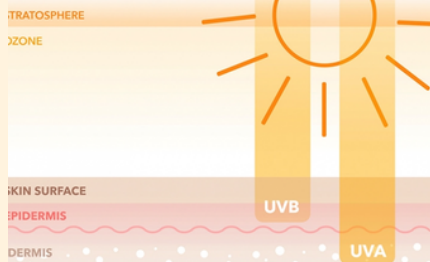
https://calpoison-org.translate.google/about-insect-stings?_x_tr_sl=en&_x_tr_tl=es&_x_tr_hl=en-US&_x_tr_pto=wapp



Seguridad Solar

Cuando los niños están al aire libre, es importante proteger su piel de la exposición excesiva a los rayos ultravioleta (rayos UV) del sol, que pueden causar cáncer de piel, daño en la piel y envejecimiento, así como lesiones oculares.

- UVB- Tiene el mayor efecto en la capa superior de la piel y juega un papel significativo en el desarrollo del cáncer de piel. Son más intensos **durante los meses de verano** y a altitudes más altas.
- UVA- la longitud de onda más larga, alcanza profundamente las capas de la piel, causando envejecimiento/arrugas. Están presentes durante todo el día y pueden penetrar las nubes y el vidrio.



Por favor, lea cómo afectan los rayos UVA/UVB a su piel y qué puede hacer para limitar el daño solar y cómo manejar una quemadura de sol.

<https://kidshealth.org/es/parents/sun-safety.html>

<https://kidshealth.org/es/parents/sunburn-sheet.html>

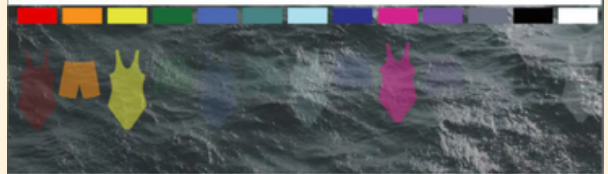
¿Cuál es el mejor color de traje de baño para que use tu hijo?



Cuando se trata del traje de baño de un niño, el color del traje podría hacer una gran diferencia para su seguridad. Los colores neón como el naranja brillante y el rosa intenso son los más visibles.

Swimwear Safety

In the Lake



In the Pool



Para más consejos de seguridad en verano para niños, visita https://www.wsaw-com.translate.google/2024/07/01/water-safety-tips-what-is-best-color-swimsuit-your-child-wear/?_x_tr_sl=en&_x_tr_tl=es&_x_tr_hl=en-US&_x_tr_pto=wapp

[_x_tr_sl=en&_x_tr_tl=es&_x_tr_hl=en-US&_x_tr_pto=wapp](https://www.wsaw-com.translate.google/2024/07/01/water-safety-tips-what-is-best-color-swimsuit-your-child-wear/?_x_tr_sl=en&_x_tr_tl=es&_x_tr_hl=en-US&_x_tr_pto=wapp)



Condiciones de Seguridad en la Playa



Antes de ir a la playa, revisa la lista local para ver las advertencias sobre el agua del océano publicadas por la Salud Pública de Los Ángeles. Si necesitas información sobre las condiciones de la playa, llama a la línea directa de playas del condado al **1-800-525-5662**, disponible las 24 horas. Para ver el mapa de las ubicaciones afectadas, visita.

https://publichealth-lacounty-gov.translate.google/phcommon/public/eh/water_quality/beach_grades.cfm/?_x_tr_sl=http&_x_tr_sl=en&_x_tr_tl=es&_x_tr_hl=en&_x_tr_pto=wapp

[_x_tr_sl=http&_x_tr_sl=en&_x_tr_tl=es&_x_tr_hl=en&_x_tr_pto=wapp](https://publichealth-lacounty-gov.translate.google/phcommon/public/eh/water_quality/beach_grades.cfm/?_x_tr_sl=http&_x_tr_sl=en&_x_tr_tl=es&_x_tr_hl=en&_x_tr_pto=wapp)



BOLETIN DE JULIO

Con el equipo de salud



Systema Control de Envenenamiento de California



Intoxicación por alcohol

El alcohol es una toxina que la mayoría de los tejidos del cuerpo absorben.



Esto significa que un exceso puede dañar muchos órganos. Si decide beber alcohol, manténgalo en niveles bajos o moderados. El alcohol incluye cerveza, vino y licor. El alcohol afecta a las personas de manera diferente según su género y edad.

Síntomas de intoxicación por alcohol

- Confusión
- Respiración difícil o muy lenta
- Desorientación
- Piel pálida o azulada
- Convulsiones
- Falta de respuesta
- Vómitos

<https://calpoison-org.translate.google/about-alcohol-poisoning>

Agotamiento por Calor

El agotamiento por calor es el tipo más común de enfermedad relacionada con el calor. Puede ocurrir al hacer ejercicio o realizar trabajos manuales en un ambiente caluroso y al cuerpo le cuesta enfriarse. Cuando se sufre de agotamiento por calor, la temperatura corporal interna (central) puede ser anormalmente alta, pero suele ser inferior a 40 grados Celsius (104 grados Fahrenheit). Es probable que sudes mucho y presentes otros síntomas como mareos, náuseas y dolor de cabeza.

my-clevelandclinic-org.translate/

Agotamiento Debido al Calor

Actúe Rápido

- Muévase a un lugar fresco
- Use ropa ligera
- Tome agua fresca
- Busque ayuda médica si sus síntomas no mejoran

Mareos

Sed

Sudor intenso

Náuseas

Debilidad



Insolación

Actúe Rápido

Llame al 911

- Mueva a la persona a un área fresca
- Use ropa ligera y quite capas de más
- Enfríe su temperatura corporal con agua o hielo

Confusión

Mareos

Pérdida del conocimiento

El agotamiento debido al calor puede causar insolación.

La insolación podría causar la muerte o incapacidad permanente si no se da tratamiento urgente.



¡Manténgase Fresco, Manténgase Hidratado, Manténgase Informado!



Recordatorio

- Los exámenes físicos deben realizarse **30 días** del día de empezar
- Los exámenes dentales deben realizarse **90 días** del primer día de clases de su hijo/a. Para descargar los formularios, haga clic en el enlace a continuación.

<https://voalacs.org/health/>

Golpe de Calor

El golpe de calor es una afección causada por el sobrecalentamiento del cuerpo. Esto suele ocurrir debido a la exposición a altas temperaturas o a la actividad física prolongada a altas temperaturas. La lesión por calor tiene varias etapas, y el golpe de calor es la más grave. Puede ocurrir si la temperatura corporal alcanza los 40 °C (104 °F) o más. El golpe de calor es más común en los meses de verano.

<https://www.mayoclinic.org/es/>

