

**El Departamento de Salud Pública de Massachusetts ofrece**

**orientación sobre seguridad durante la estación de verano**

**BOSTON** (12 de junio de 2023) – A medida que se acerca el verano, el Departamento de Salud Pública de Massachusetts recuerda a los residentes que tomen las precauciones lógicas recomendadas para mantener a todos, especialmente a los niños pequeños, seguros durante este verano.

**Prevenir las picaduras de garrapatas**

Ciertos tipos de garrapatas pueden picar y causar enfermedades como la enfermedad de Lyme   
y el virus Powassan. Las garrapatas se encuentran con mayor frecuencia en áreas húmedas, cubiertas de césped, matorrales o bosques, incluido su propio patio trasero. Las garrapatas solo se adhieren cuando entras en contacto directo con ellas: no pueden saltar ni volar. Siga estos pasos para ayudar a protegerse de las picaduras de garrapatas:

* Revise su cuerpo para ver si tiene garrapatas una vez al día: es lo mejor que puede hacer.
* Use repelentes con un ingrediente activo registrado por la Agencia de Protección Ambiental y siga siempre las instrucciones de la etiqueta.
* Si el tiempo lo permite, use camisas de manga larga y colores claros, y pantalones largos dentro de los calcetines. Esto ayudará a mantener las garrapatas alejadas de su piel y hará que sea más fácil detectarlas en la ropa.
* Después de pasar tiempo al aire libre, una ducha puede ayudar a enjuagar una garrapata antes de que se adhiera, y poner la ropa en la secadora a temperatura   
  alta durante 10 minutos puede ayudar a eliminar las garrapatas.
* Las mascotas que pasan tiempo al aire libre también están expuestas a las garrapatas   
  y pueden traerlas al interior. Hable con su veterinario sobre las mejores formas de proteger a sus animales de las garrapatas y las enfermedades transmitidas por ellas.

**Prevenir las picaduras de mosquitos**

La encefalitis equina del este (EEE) y el virus del Nilo Occidental (VNO) son dos enfermedades transmitidas por mosquitos que suelen presentarse en Massachusetts. Si bien no hubo casos de EEE en Massachusetts el año pasado, hubo ocho personas con VNO. La vigilancia de los mosquitos es esencial para controlar la actividad a medida que avanza el verano. El Departamento de Salud Pública emite actualizaciones sobre la actividad durante la temporada en la página de [Actualización sobre arbovirus en Massachusetts](https://www.mass.gov/info-details/massachusetts-arbovirus-update).

Si bien el riesgo de infección humana por EEE o VNO no se presentará hasta mediados o finales del verano, las personas tienen un papel importante que desempeñar en la protección contra estas enfermedades que pueden ser muy graves. Para prepararse para la temporada de mosquitos:

* Drene el agua estancada dentro y alrededor de su casa o patio para evitar la reproducción de mosquitos.
* Repare los tejidos mosquiteros de ventanas y puertas para mantener a los mosquitos fuera de su hogar.
* Use un repelente de mosquitos con un ingrediente registrado por la EPA de acuerdo   
  con las instrucciones.
* Use camisas de manga larga, pantalones largos y calcetines para reducir la exposición   
  de la piel cuando el clima lo permita.

Para obtener más información sobre cómo prevenir enfermedades transmitidas por mosquitos   
y garrapatas, visite la página [Mosquitos y garrapatas](https://www.mass.gov/mosquitoes-and-ticks) del Departamento de Salud Pública.

**Seguridad en el agua y en la piscina**

El ahogamiento es una de las principales causas de muerte entre los niños pequeños, a nivel nacional y en Massachusetts, y las piscinas domésticas representan el mayor riesgo para los niños menores de 5 años. Para ayudar a prevenir lesiones y ahogamientos relacionados con el agua:

* Supervise a los niños dentro y alrededor del agua en todo momento.
* Siempre que los bebés y los niños pequeños estén dentro o cerca del agua, incluida la bañera, un adulto debe estar a una distancia de un brazo en todo momento para lograr la “supervisión por contacto”.
* Enseñe a los niños pequeños a pedir siempre permiso antes de acercarse al agua.
* No se tire de cabeza al agua.
* No nade durante una tormenta o cuando haya relámpagos.
* Cerque la zona de la piscina con una valla para separarla de la casa y la zona de juegos del patio. Considere instalar cerraduras automáticas en las puertas o alarmas para evitar el acceso.
* Retire flotadores, pelotas y otros juguetes de la piscina después de que se usen para que los niños no se tienten a alcanzarlos. Una vez que los niños hayan terminado de nadar, asegure la piscina para que no puedan volver a entrar.
* Mantenga un equipo de rescate (como un gancho de rescate o un chaleco salvavidas)   
  y un teléfono cerca de la piscina.
* Para los niños que no saben nadar, use un chaleco salvavidas ajustado adecuadamente, que esté aprobado por la Guardia Costera de Estados Unidos. El Departamento de Salud Pública, en cooperación con la Guardia Costera de los Estados Unidos, ha creado un video de prueba de ajuste que puede ayudar a comprobar que el ajuste de los chalecos salvavidas sea adecuado: <https://youtu.be/1I3VZf-NqPc>.
* No use juguetes como “flotadores” o “tallarines de piscina” en lugar de chalecos salvavidas. Estos no están diseñados para mantener seguros a los nadadores.

En áreas para nadar públicas:

* Siempre que sea posible, seleccione sitios para nadar donde haya guardavidas y nade solo en áreas designadas para nadar.
* Siempre nade con un acompañante.
* Busque señalización en las playas. El Departamento de Salud Pública recopila [datos sobre la calidad del agua de la playa](https://www.mass.gov/beach-water-quality) y notifica al público sobre los niveles de bacterias para minimizar las enfermedades y lesiones asociadas con la natación.
* Conozca los límites de sus habilidades para la natación. A través del programa [Learn to Swim](https://www.mass.gov/service-details/learn-to-swim) (Aprende a nadar), el estado brindará lecciones de natación gratuitas a niños en piscinas seleccionadas en todo el estado a partir de julio de 2023.

Considere convertirse en guardavidas: la Commonwealth está reclutando guardavidas para sus playas de interior y costeras, así como para piscinas de natación. Este año, la Administración Healey-Driscoll autorizó un aumento en el salario por hora para el personal de piscinas de natación y zonas costeras que oscila entre USD 22 y USD 27. Los solicitantes calificados   
pueden recibir hasta USD 1000 en bonos por inscribirse. Para obtener más información,   
visite el [sitio web de salvavidas del Departamento de Conservación y Recreación](http://www.mass.gov/lifeguards).

**Seguridad para ventanas**

Las caídas son la principal causa de lesiones en los niños. Las caídas desde ventanas que involucran a niños pequeños son especialmente graves y evitables. Los tejidos mosquiteros no son lo suficientemente fuertes para evitar que los niños se caigan por las ventanas. Para evitar caídas desde una ventana, los padres y cuidadores deben hacer lo siguiente:

* Mantener los muebles (y cualquier cosa a la que un niño pueda trepar) alejados   
  de las ventanas.
* Cuando sea posible, hacer que las ventanas se abran desde arriba, no desde abajo,   
  y asegurar todas las puertas y ventanas que no estén abiertas.
* Asegurarse de que los niños estén siempre supervisados.
* Instalar protectores de ventanas de liberación rápida, que se pueden encontrar   
  en la mayoría de las ferreterías.

Para obtener más información sobre la prevención de lesiones infantiles, visite el sitio web   
del [programa de prevención y control de lesiones del Departamento de Salud Pública](https://www.mass.gov/orgs/injury-prevention-and-control-program).

Se pueden encontrar consejos adicionales sobre cómo prevenir caídas en niños en el [sitio web de prevención de caídas](https://www.cdc.gov/injury/features/child-injury/index.html) de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades de Estados Unidos.

**Seguridad para vehículos**

Dejar a niños y animales dentro de un vehículo puede ser muy peligroso. En los meses de verano en Nueva Inglaterra, la temperatura en un automóvil puede aumentar rápidamente,   
y el vehículo puede convertirse en una trampa mortal para un niño o un animal que se quede encerrado dentro de este, aunque sea solo por un momento.

Para mantener seguros a los niños pequeños y a los animales dentro y alrededor de los automóviles:

* Nunca deje a niños o animales solos en un vehículo estacionado, incluso cuando estén dormidos o con los cinturones de seguridad, e incluso si las ventanas están abiertas.
* Revise siempre el interior del vehículo (delante y detrás) antes de cerrar la puerta   
  y alejarse.
* Si falta un niño, revise primero su vehículo, incluido el maletero.
* Haga cosas para recordar que hay un niño o un animal en el vehículo, como colocar su bolso o maletín en el asiento trasero para poder revisar la parte trasera cuando salga   
  del vehículo.
* Cierre siempre el vehículo con llave y mantenga las llaves fuera del alcance de los niños.
* Asegúrese de que haya una supervisión adecuada cuando los niños jueguen en áreas cercanas a vehículos motorizados estacionados.

**Si ve a un niño o un animal solo en un vehículo en el que hace calor, llame a la policía. Si están en peligro debido al calor, sáquelos lo más rápido posible y llame al 911 inmediatamente.**

Recuerde que todos los niños de 12 años, o menores, deben viajar en el asiento trasero, debidamente sujetos, incluso durante viajes rápidos para hacer recados. Los bebés y niños pequeños deben permanecer en asientos de seguridad para el automóvil orientados hacia   
atrás hasta que alcancen el peso o la altura máximos permitidos por el fabricante del asiento de seguridad para el automóvil. Como mínimo, los niños deben viajar orientados hacia atrás hasta que tengan al menos 1 año y pesen al menos 20 libras. Puede encontrar más información sobre seguridad de niños pasajeros en el [sitio web](https://www.mass.gov/info-details/transportation-safety-and-injury-prevention) del Departamento de Salud Pública.

**Prevención de la exposición a la rabia**

Todos los mamíferos (animales con pelaje) pueden contraer rabia y, por lo general, se detectan más de 100 animales rabiosos cada año en Massachusetts. La mayoría de estos casos ocurre en animales salvajes, como mapaches, zorrillos, murciélagos, marmotas y zorros, pero algunas mascotas (especialmente gatos) y animales de granja también contraen rabia.

Una persona puede estar expuesta al virus de la rabia cuando sufre la mordedura de un animal infectado o cuando la saliva del animal entra en contacto con una herida o con los ojos, la nariz o la boca de la persona. Las personas que son mordidas o arañadas por un animal, o que encuentran un murciélago en una habitación donde alguien estaba durmiendo, o con un niño pequeño o una mascota, deben llamar al Consejo de Salud de su localidad o a la División de Epidemiología del Departamento de Salud Pública, al 617-983-6800, para obtener asesoramiento.

Otras medidas de prevención de la rabia son las siguientes:

* Enseñar a los niños a no acercarse nunca a animales que no conocen, incluso si parecen amigables.
* Informar al organismo local a cargo del control de animales sobre cualquier animal   
  que parezca enfermo o herido.
* Disfrutar de los animales salvajes desde la distancia y no adoptarlos como mascotas.
* Asegurarse de que las mascotas estén vacunadas contra la rabia. Por ley, todos   
  los perros, gatos y hurones deben ser vacunados periódicamente contra la rabia.
* No deje comida ni agua para las mascotas en el exterior. Incluso los recipientes vacíos atraen animales salvajes y callejeros.
* No deje que las mascotas deambulen libremente. Manténgalas en un patio cercado   
  o con correa.
* Mantenga la basura bien tapada. La basura al aire libre atrae animales salvajes o callejeros.
* Mantenga las chimeneas tapadas y repare los agujeros en áticos, sótanos y porches   
  para mantener a los animales salvajes, como murciélagos y mapaches fuera de la casa.

###