



Cambio Climático Y Salud Infantil

CALOR EXTREMO

El cambio climático está elevando las temperaturas y provocando un calor extremo más frecuente e intenso que es peligroso para los niños.

RESUMEN CIENTÍFICO

Las temperaturas promedio en los EE. UU. contiguos son [2.6°F más cálidas hoy](#) que en 1970. Las [olas de calor](#) de varios días duran más y ocurren con más frecuencia que en la década de 1960. El calentamiento general, junto con el calor extremo más frecuente e intenso, [se atribuyen al cambio climático causado por la mano del hombre](#), principalmente por la quema de carbón, petróleo y gas metano (también conocido como gas natural).

El calor extremo [afecta la salud y el desarrollo de los niños](#). Puede interrumpir el sueño, afectar el estado de ánimo e impactar la capacidad de [concentración y aprendizaje](#). El [calor extremo](#) es el [peligro más mortal relacionado con el tiempo](#) en los EE. UU., y los [niños](#) (de 0 a 17 años) se encuentran entre los [más vulnerables](#) a las enfermedades relacionadas con el calor.

Los niños pequeños sudan menos y se aclimatan al calor más lentamente que los adultos, y los niños pueden ignorar o pasar por alto los síntomas del estrés por calor. Alrededor de 9.000 atletas de secundaria en los EE. UU. reciben tratamiento por enfermedades relacionadas con el calor por esfuerzo cada año.

Los [síntomas](#) de las enfermedades causadas por el calor pueden incluir dolores de cabeza, náuseas, calambres o letargo y pueden requerir atención médica urgente. Los casos graves de [insolación](#) pueden causar daño a órganos o la muerte. Investigaciones muestran que [casi el 12% de las visitas de niños a los departamentos de emergencia](#) en los EE. UU. entre mayo y septiembre se atribuyen al calor excesivo. Un análisis más detallado sugiere que [un aumento de temperatura de 1°F](#) durante esos meses podría resultar en alrededor de 17.000 visitas adicionales (aproximadamente 113 visitas más por día).

CONCLUSIONES PRINCIPALES

- El calor extremo es el [peligro más mortal relacionado con el tiempo](#) en los EE. UU. Los niños—especialmente los bebés, los niños más pequeños y los atletas—se encuentran entre los más vulnerables a las enfermedades relacionadas con el calor.
- Las temperaturas promedio y los eventos de calor extremo han aumentado en los EE. UU., y [seguirán aumentando](#) sin recortes drásticos a la contaminación por carbono que atrapa el calor.
- Sin medidas efectivas para adaptarse a un mundo más cálido, los niños experimentarán peores impactos en la salud, incluido un posible aumento en las visitas a las salas de emergencia relacionadas con el calor.
- Los padres y cuidadores pueden proteger la salud de los niños, ahora y en el futuro, al reducir la exposición al calor peligroso en el hogar, en la escuela y durante las actividades al aire libre.

TÉRMINOS CLAVE

- **Calor extremo** – altas temperaturas (a menudo acompañadas de alta humedad) que exceden los umbrales locales de seguridad y pueden representar riesgos para la salud.
- **Enfermedad por calor** – exposición al calor que causa síntomas como deshidratación, náuseas, calambres, fiebre, letargo o, en casos graves, disfunción orgánica o muerte.
- **Ola de calor** – un período de tiempo inusualmente caluroso en un área, que dura tres o más días.

LOS NIÑOS Y EL CAMBIO CLIMÁTICO

Los niños son especialmente sensibles a los impactos del cambio climático, en parte porque todavía están creciendo y desarrollándose y pasan más tiempo al aire libre. Los efectos del cambio climático experimentados en la infancia pueden tener consecuencias de por vida en la salud física y mental.

Los niños también tienen menos control sobre el entorno que los rodea y menos comprensión de los riesgos para la salud. Dependen de sus cuidadores adultos (desde padres y familiares mayores hasta entrenadores y maestros) para ayudar a proteger su salud en el hogar, la escuela y cuando se recrean al aire libre.

EL CALOR EXTREMO Y LOS NIÑOS

Los niños corren riesgo por el calor más frecuente e intenso



CLIMATE CENTRAL

Los niños se encuentran entre los [más vulnerables](#) a las enfermedades relacionadas con el calor. Sin una adaptación eficaz a un mundo más cálido, los niños experimentarán peores impactos en la salud.

¿QUIÉN CORRE MÁS RIESGO?

Los bebés y los niños más pequeños tienen dificultades para regular su temperatura corporal central y pueden ser más vulnerables al tiempo cálido. Investigaciones muestran que los [bebés tienen un mayor riesgo de muerte](#) durante la primera semana de vida si nacen durante una ola de calor.

Las comunidades de color pueden estar expuestas a un mayor calor urbano y pueden tener [menos acceso al aire acondicionado](#), como se ha demostrado en varias ciudades estadounidenses principales. Esto amplifica las condiciones peligrosas para los niños que viven, juegan y aprenden en estos vecindarios. Los estudios han demostrado que las [islas de calor urbano](#) (áreas urbanizadas que experimentan temperaturas más altas que las áreas circundantes menos desarrolladas) tienen [más probabilidades](#) de encontrarse en comunidades predominantemente de bajos ingresos y no blancas.

PROTEGIENDO LA SALUD DE LOS NIÑOS

Esté preparado. Verifique los pronósticos de [temperatura](#) y [riesgo de calor](#), y evite las actividades al aire libre durante la parte más calurosa del día (generalmente al mediodía). Para minimizar el riesgo de quemaduras térmicas, verifique que los [equipos y las superficies del patio de recreo](#) no estén demasiado calientes. Planee tomar descansos frecuentes a la sombra o en espacios con aire acondicionado. Conozca los [síntomas](#) de las enfermedades relacionadas con el calor y [esté preparado](#) para tomar medidas.

Mantenga la hidratación. Es posible que los niños no reconozcan su sed o que sean reacios a dejar de jugar para beber. Asegúrese de que los niños [beban suficiente agua](#) durante los juegos o deportes al aire libre.

Promueva la participación segura en deportes al aire libre. Siga las [pautas de seguridad deportiva](#), incluidas las relacionadas con la [aclimatación al calor pretemporada](#), para mantener a los atletas jóvenes [seguros y saludables](#). Los entrenadores deben saber [cómo responder](#) a las emergencias relacionadas con el calor.

Prevenga muertes dentro de automóviles calientes. Los interiores de los automóviles pueden alcanzar temperaturas [peligrosamente altas rápidamente](#). Nunca deje a un niño en un automóvil, ni siquiera por un corto tiempo. Chequee el asiento trasero antes de salir. Cierre los autos con llave para evitar que los niños entren sin supervisión.

Refrésquese. El aire acondicionado en las escuelas puede [compensar los impactos relacionados con el calor sobre el aprendizaje](#), y en el hogar puede mejorar la comodidad y el sueño. Si el aire acondicionado no está disponible en casa, los niños pueden tomar una ducha fría o colocarse paños húmedos en la piel.

Comprométase desde hoy a reducir de forma rápida y sostenida la contaminación por carbono derivada de la quema de combustibles fósiles. Con el calentamiento continuo, es probable que las [generaciones futuras](#) se enfrenten cambios acelerados y riesgos cada vez más intensos, [especialmente por las olas de calor](#). En última instancia, reducir la contaminación por carbono es la acción más significativa para frenar el ritmo del calentamiento y encaminar a las generaciones más jóvenes por un camino diferente, hacia un futuro más seguro.

RECURSOS ADICIONALES

- [Kit de Herramientas de Tiempo Extremo de Climate Central](#)
- [Índice de Cambio Climático](#) de Climate Central: Cuantifique la influencia del cambio climático causado por la mano del hombre en las temperaturas diarias
- Informe de la Agencia de Protección Ambiental (EPA), [Cambio climático, la salud, y el bienestar infantil en los Estados Unidos](#)

NOTAS FINALES Y AGRADECIMIENTOS

Este artículo forma parte de una serie sobre el cambio climático y la salud de los niños producida por Climate Central.

Gracias a la Dra. Lisa Patel, del Hospital Infantil de Stanford y el [Consorcio sobre el Clima y la Salud de la Sociedad Médica](#), por sus contribuciones.

Climate Central es un grupo independiente de científicos y comunicadores que investigan e informan sobre los hechos sobre la ciencia, los impactos y las soluciones del cambio climático y cómo afectan la vida de las personas. Somos una organización sin fines de lucro 501(c)(3) neutral en cuanto a políticas. Para obtener más información, visite climatecentral.org

Publicado: Junio 2024