



¡HACE MUCHO CALOR!

¡CUIDADO CON LOS NIÑOS MUY PEQUEÑOS!

Algunos consejos para prevenir la deshidratación en bebés y niños menores de 4 años

- El niño debe beber más a menudo
 - Esta recomendación incluye también a bebés alimentados con leche materna o biberón
- Refrescar al niño con un baño de agua tibia/templada varias veces al día
- Evitar que el niño esté expuesto al sol y que salga durante las horas más calurosas del día
- Si el niño debe salir, asegúrese de que use ropa ligera y liviana y de que su cabeza esté cubierta con un sombrero de ala ancha
- Si es posible, permanezca con el niño en un lugar climatizado durante unas horas

No deje nunca a un niño solo en un vehículo, ni siquiera unos pocos minutos.

Signos importantes que deberá vigilar en el niño:

- Moja menos de 4 pañales en 24 horas
- Orina menos y su orina es de color más oscuro
- Tiene la piel, boca o labios secos
- Agitación anormal o irritabilidad (más llanto, nerviosismo)
- Ojos hundidos y ojeras
- Duerme mucho y es difícil despertarlo
- Dificultad para respirar
- Color anormal de la piel; el tono de la piel se vuelve pálido o rojo
- Temperatura del cuerpo elevada, 38,5°C o más (rectal)
- Dolor de cabeza, vómitos o diarrea

Si el niño presenta uno o varios de estos síntomas llame a Info-Santé, marcando el 8-1-1, o consulte un médico.