

## SUMARIO

EDITORIAL página 1

página 4  
CASO CLÍNICO COMENTADO  
Varón de 4 años que acude a Urgencias con bradicardia

página 8  
IMAGEN COMENTADA  
Tortícolis en contexto de cuadro infeccioso

página 11  
ERRORES DE DIAGNÓSTICO  
Síndrome febril y shock no siempre tienen un origen infeccioso

página 16  
PROCEDIMIENTOS DE ENFERMERÍA  
Proceso de reparación de heridas en Urgencias de Pediatría con alta de enfermería

página 21  
ARTÍCULOS COMENTADOS

página 23  
PROGRAMA DE AUTOEVALUACIÓN  
Urgencias Oftalmológicas

COMITÉ DE REDACCIÓN  
Carmen Solano Navarro

Coordinadores  
Guillermo Alvarez Calatayud  
M<sup>a</sup> Teresa Alonso Salas  
Carlos García-Vao y Bel  
Agustín de la Peña Garrido  
David Muñoz-Santanach  
Carmen Solano Navarro

# editorial

## TRASTORNO POR DÉFICIT DE NATURALEZA: ¿HIPÓTESIS O REALIDAD?

De la misma forma que existen unos períodos críticos a lo largo del desarrollo fetal e infanto-juvenil donde la exposición a tóxicos medioambientales determinan determinados efectos deletéreos en la salud, existen unos períodos del desarrollo durante los cuales el contacto con la naturaleza llena necesidades importantes para un adecuado desarrollo y completa maduración infantil. Durante la mayor parte de la existencia humana, la humanidad ha estado perfectamente adaptada en el medio natural. Sin duda, las mujeres y hombres que surcaron mares y océanos, que pudieron oler el agua, sembrar las plantas y encontrar los mejores árboles en los bosques, perseguir a los animales, reconocer e interpretar los cielos y las nubes, debieron haber disfrutado de algunas ventajas en la calidad de vida y en su estado de salud y bienestar. La conexión humana con la naturaleza se manifestaba especialmente desde el mismo momento del embarazo y también a partir del nacimiento e infancia. Construir embarazos saludables, mejorar la salud humana conlleva a crear un ambiente global más sano.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) en 1993, ante la progresiva contaminación de los ecosistemas medioambientales y la creciente preocupación social ante los efectos potencialmente adversos de la salud humana, definió la salud medioambiental (SMA) como: a) los aspectos de la salud humana, incluyendo la calidad de vida, determinados por las interacciones de los agentes medioambientales físicos, químicos, biológicos, psíquicos y sociales, y b) los aspectos teóricos y prácticos para evaluar, corregir, controlar, modificar y prevenir los factores o agentes medioambientales que, potencialmente, afecten negativamente la salud de las generaciones presentes y futuras.

Recuperar la importancia de un medio ambiente cuidado en nuestros hogares, colegios, comunidades, ambiente natural, etc., constituye uno de los mejores regalos para la infancia.

Es un hecho: los niños de hoy disponen de menos tiempo para jugar al aire libre que sus padres cuando eran niños. Sobrecargados por los deberes y las actividades extraescolares, se desplazan en automóvil y reparten su tiempo libre entre las consolas y los centros comerciales. Los niños españoles de 4 a 12 años pasan 990 horas anuales de media frente al televisor, el ordenador o los juegos electrónicos. Hasta finales de los ochenta, jugar significaba 'jugar fuera'. Hoy en día, el significado ha cambiado mucho, tendemos a imaginar a un niño solo, sentado en la habitación, frente a una pantalla. Los niños y adolescentes pasan más de 20 horas al día en espacios cerrados. Los jóvenes de hoy tienen 400 amigos en el Facebook pero con frecuencia ninguno para bajar o jugar al parque. La falta de contacto directo con personas, animales, plantas y minerales se sustituye por una oferta creciente de realidad virtual, por un mercado que intenta simular a la naturaleza. La naturaleza se ha convertido en un bien de consumo, una atracción turística, parece algo más abstracto que real. La sencillez del mundo natural, que se nos presenta humilde y gratuitamente, resulta pobre para nuestra sociedad de la opulencia.

La mayoría de los jóvenes actuales, apenas han tenido experiencias en el campo; nunca han construido cabañas, ni a hacer colonias con pétalos de rosas... Los niños y niñas cada vez pasan más tiempo en espacios cerrados y con déficit de contacto con la naturaleza. Datos de nuestros pacientes en la región de Murcia, solo uno de cada 4 niños juega a diario al aire libre en contacto con la naturaleza. En la generación de sus padres eran 3 de cada 4. El 85% usa el ordenador a diario, solo el 10% visita el parque diariamente. Algunos de los riesgos y problemas de salud derivados de la falta de contacto con la naturaleza alcanzan cifras epidémicas en la infancia. La falta de contacto con la naturaleza es un factor clave en el incremento de la obesidad, enfermedades respiratorias y cardiovasculares, trastornos de conducta, comportamiento, atención, empeoramiento de las

enfermedades crónicas, disminuye los niveles de vitamina D, pérdida de audición y agudeza visual, mayor exposición a carcinógenos e incremento del estrés.

Las evidencias científicas son escasas, porque apenas hay estudios sobre los beneficios del contacto con la naturaleza. La mayoría de los estudios se refiere a viajes estructurados o programados de campamentos de verano, más que al fenómeno más general del contacto con la naturaleza. A pesar de las limitaciones metodológicas, numerosas investigaciones sugieren beneficios de los contactos con la naturaleza. Se ha estudiado mejor el efecto en la salud mental que en las condiciones somáticas, y aunque el beneficio se ha demostrado en el corto plazo es esperable que repercuta en la salud global y bienestar de la vida adulta de los individuos. Se ha observado cómo el contacto con la naturaleza mejora el control de enfermedades crónicas (diabetes, asma, obesidad, supervivientes de cáncer, etc.), contribuye a prevenir la adicción a alcohol y otras drogas, mejora los resultados reproductivos y en el recién nacido, mejora el rendimiento escolar y los tests cognitivos, incrementa la función pulmonar y los niveles de vitamina D y, finalmente se ha objetivado una reducción significativa de las visitas al médico. Quizá todo esto refleje hábitos de aprendizaje, preferencias por nuestro pasado, ecos de nuestros orígenes como criaturas de la naturaleza. Satisfacer estas preferencias puede ser una manera eficaz de fortalecer la salud de los adolescentes, más barata y libre de los efectos secundarios del uso de fármacos.

Las formas de contactar con la naturaleza son diversas: visitar los parques de tu barrio, observar la vida silvestre que te rodea (los pájaros frente a casa, etc.), usar los sentidos (tocar la corteza de los árboles, oler las flores, etc.), haciendo excursiones al campo o playa, visitando los parques regionales, etc. Los niños pequeños buscan intuitivamente el contacto con

los elementos (plantas, animales, tierra, etc.). La seguridad no consiste solo en quitarles todos los objetivos peligrosos, significa también enseñarles a manejar las amenazas, en lugar de evitarlas. Confiar en la fortaleza natural de los niños, significa también hacerlo en sus capacidades innatas.

Los pediatras deberían preguntar más en las consultas sobre estos aspectos y fomentar los vínculos del niño/adolescente con el medio natural como vía para fortalecer su salud y contrarrestar/disminuir los efectos negativos de muchas exposiciones a tóxicos medioambientales. Recuperar el contacto con la madre naturaleza en todas sus formas, constituye por sí mismo uno de los retos sanitarios más importantes para las actuales y futuras generaciones de niños y niñas en nuestras naciones.

#### BIBLIOGRAFÍA

1. Coutts CJ, Taylor C. Putting the capital "E" environment into ecological models of health. *J Environ Health* 2011;74:26-29.
2. Ortega-García JA; Ferris i Tortajada J, Sanchez-Solis de Querol M. Salud medioambiental del adolescente. En: Hidalgo Vicario MI, Redondo Romero AM, Gastellano Barca G, eds. *Medicina de la adolescencia. Atención integral* (2º ed). SEMA, Madrid 2012, pp 91-96.
3. Freire H. *Educación en verde: ideas para acercar a niños y niñas a la naturaleza*. Graó de Irif, Barcelona, 2011.

**Ortega García Juan Antonio,**

**Cárceles-Alvarez Alberto, \*Vicente-Calderón Carmen**

*Unidad de Salud Medioambiental Pediátrica, \*Nefrología Pediátrica. Servicio de Pediatría, Hospital Universitario Virgen de la Arrixaca, Murcia.*

*ortega@pehsu.org*

*www.pehsu.org*