

Boletín No. 058



Foto: Tomada de Shutterstock

¡Que no sean días de terror en Halloween!, Voceros CES dan sus recomendaciones de salud

- *Una ‘Liga de la justicia’ integrada por nutricionistas, odontólogos, psicólogos, enfermeros y dermatólogos de la Universidad CES enseñan algunas sugerencias para evitar ‘más de un susto’ en esta atípica celebración.*
- *No solo el riesgo para los niños y adultos corre por cuenta de la COVID-19 esta vez, sino la aparición de caries, alergias en la piel, obesidad y trastornos psicológicos hacen más vulnerables a las personas durante esta fecha.*

Medellín, octubre 27 de 2020. Un panorama escalofriante se avecina para la fiesta de disfraces o la celebración de Halloween en Colombia este 31 de octubre, no solo por las restricciones ante el fantasma de la COVID-19 que ronda por todos lados, sino por las enfermedades que generan más de un susto por el consumo en exceso de dulces, en especial, para los más pequeños.

Aunque es probable que este año los superhéroes no salgan de sus ‘baticuevas’ para evitar contacto con el ‘monstruo’ SARS-CoV-2; una ‘liga de la justicia’ integrada por profesionales de diversas áreas de la salud de la Universidad CES de Medellín, enseñan con sus ‘súperpoderes’ las recomendaciones a tener en cuenta para ‘combatir’ todos los males este día.



Por ejemplo, si los niños no quieren ser el Willy Wonka de Halloween, el doctor Manuel Restrepo Restrepo, docente de la Facultad de Odontología advierte que por el consumo y exposición excesiva de azúcares es posible que se produzca un acumulo de placa en los dientes producido por higiene bucal inadecuada o insuficiente lo que podría desencadenar en una enfermedad crónica: la caries.

“Los azúcares van a entrar en contacto con las bacterias que normalmente están en nuestra boca, van a fermentar, van a generar ácidos y en consecuencia van a disolver la estructura mineral del diente. Sin embargo, es importante reconocer que el consumo crónico de este tipo de alimentos como azúcares no solamente está asociado a la caries dental, sino al sobrepeso y enfermedades cardiovasculares”, explicó el doctor Restrepo Restrepo.

Pero si se trata de verse como princesas o lucir como el más terrorífico de los villanos: ¡cuidado con el maquillaje! La dermatóloga de la Clínica CES, María Fernanda Corrales Sierra, enfatiza que puede ser peligroso el uso de cosméticos que se emplean. Los de adultos o que no son de origen natural pueden derivar en lesiones, quemaduras e irritación en los niños.

“Estos maquillajes pueden traer unos riesgos para la piel, sobretudo la piel de los niños que es tan sensible, desarrollando alergias, brotes y otro tipo de manifestaciones como el acné en aquellos que tienen una piel más grasa o que están entrando en la adolescencia. Es muy importante que cuando se retiren los productos hay que hidratar la piel y la humectemos de forma adecuada”, detalló la dermatóloga.

Así como ellos, otros profesionales de la Universidad CES invitan a las personas a quedarse en casa. Entregaron otras recomendaciones para evitarles a los padres ‘una noche de terror’.

Voceros CES:

-La caries: ¿cómo evitarla con la abundancia de dulces?

Descarga [aquí el video](#)

-Cuidar la piel del maquillaje y las texturas en las telas de los disfraces

Descarga [aquí el video](#)

-Exceso en consumo de dulces: ¿Un asunto de sobrepeso?

Descarga [aquí el video](#)

-Los miedos: trastornos psicológicos de los menores en noche máscaras y disfraces

Descarga [aquí el video](#)

-Otras enfermedades: cuidar la salud ante la cantidad de golosinas y la COVID-19

Descarga [aquí el video](#)