



Image not found  
https://enfamilia.aeped.es/sites/enfamilia.aeped.es/themes/enfamilia/images/enfamilia\_log



Image not found  
https://enfamilia.aeped.es/sites/enfamilia.aeped.es/themes/enfamilia/images/enfamilia\_log



Image not found  
https://enfamilia.aeped.es/sites/enfamilia.aeped.es/themes/enfamilia/images/enfamilia\_log



Image not found  
file:///var/www/enfam

## Golpe de calor en automóviles

Llega el verano y las altas temperaturas y por ello, como cada año, debemos extremar algunas precauciones para prevenir los [golpes de calor](#).

El golpe de calor consiste en una elevación de la temperatura del cuerpo por temperaturas altas o un exceso de ejercicio físico. Es una urgencia, puesto que puede ocasionar la muerte en pocos minutos si no se actúa con rapidez.

**El golpe de calor se puede producir si se deja a un niño solo dentro de un coche**, expuesto al sol, incluso en días nublados o que parece que no hace mucho calor. Un coche al sol funciona como un horno: absorbe el calor que transmiten los rayos del sol, y no lo deja escapar, produciéndose una especie de efecto invernadero que eleva la temperatura de forma constante, y cada vez más rápidamente.

- Con una temperatura ambiente de 29 °C la temperatura interior aumenta casi 20°C en los primeros 45 minutos de exposición.
- Con una temperatura ambiente de 39°C, algunas zonas del interior del coche pueden alcanzar los 70°C.
- En dos horas y media, sin ventilación, la temperatura interior es un 88% mayor que la exterior.
- 30 minutos de exposición al sol, con una temperatura exterior de 30 °C suponen una temperatura interior de 50°C a la altura de la cabeza del niño.

Algunas veces los padres dejan a los niños en el vehículo intencionadamente, mientras hacen recados; pero la mayoría de las veces, se olvidan de que el niño ha quedado en el coche de camino al trabajo o a casa. Trágicamente, no se dan cuenta hasta un tiempo después, cuando descubren el cuerpo. En otras ocasiones, el propio niño se introduce en el coche o en el maletero y queda atrapado. Son situaciones que suceden a familias de todos los niveles sociales y no hay que asumir que no nos pueda ocurrir a nosotros.

Todos los años se producen muertes de niños dentro de vehículos por golpes de calor y por ello, la [Fundación MAPFRE y la Asociación Española de Pediatría](#) insisten en la importancia de prevenir esta situación.

Los principales consejos de seguridad son (recuerde el acrónimo "AAA"):

- **ANTICIPÉSE:** No deje a su hijo solo en el automóvil, ni siquiera un minuto. Asegúrese de mantener el coche cerrado y bloqueado cuando no esté en él para que los niños no puedan subirse por su cuenta. Enseñe a los niños que no se debe jugar en el interior de los coches.
- **ACOSTÚMBRESE:** Cree una serie de hábitos que le sirvan de recordatorio; por ejemplo, colocar algunos objetos, algo que necesite en su destino final, en la parte de atrás del coche junto a su hijo. También puede crear avisos en el calendario de sus dispositivos electrónicos para asegurarse de que deja a su hijo en la guardería o el colegio.

- **ACTÚE:** Si ve a un niño solo en un coche, llame al 112. Una llamada puede salvar una vida.

Noticia revisada por el [Comité de Promoción de la Salud](#) de la Asociación Española de Pediatría.

Artículo publicado el 26-6-2020, revisado por última vez el 6-7-2020

**La información ofrecida en En Familia no debe usarse como sustituta de la relación con su pediatra, quien, en función de las circunstancias individuales de cada niño o adolescente, puede indicar recomendaciones diferentes a las generales aquí señaladas.**

---

Más referencias sobre el tema e información sobre los autores en:

<https://enfamilia.aeped.es/noticias/golpe-calor-en-automoviles>