

# Diez consejos de Salud de AXA para el verano

**Deshidratación, alergias, intoxicaciones e infecciones son de las dolencias más frecuentes y ante las cuales hay que extremar las precauciones en verano. Con el objetivo de alertar y prevenir los efectos de estos problemas médicos asociados al calor, AXA España ha publicado un decálogo de consejos de Salud que repasan los cuidados imprescindibles para estos días.**

“La prevención es la mejor receta ante los problemas asociados al calor”, señala Antonio Jiménez, director de Salud de AXA quien, además, destaca la importancia de extremar las precauciones con “los niños y personas mayores, mucho más sensibles a los efectos de las altas temperaturas”. “Es significativo que, aunque cada año se alerta sobre los efectos del calor, se siguen produciendo cuadros de deshidratación, golpes de calor o intoxicaciones”, puntualizaba.

Dentro del decálogo de consejos, el equipo de Salud de AXA incide en la importancia de beber 2-3 litros de agua; extremar las precauciones en la conservación de los alimentos (las intoxicaciones se multiplican por cuatro en verano); utilizar protección solar incluso cuando se está bronceado para evitar el impacto de los rayos UVA; prevenir las infecciones ginecológicas; consultar el calendario de vacunaciones si se va a viajar fuera del país; incluir un botiquín de viaje; extremar las medidas de seguridad en coche y planificar las paradas cada dos horas; disfrutar del baño con seguridad y tener a mano teléfonos de interés.

Asimismo, desde AXA se insiste en la necesidad consultar con su médico de cabecera si se tiene cualquier duda.

Contacto: 91 538 82 25 / 87 36 / 86 03

Nota disponible en:

[http://www.axa.es/sala\\_de\\_prensa/index\\_salaprensa.htm](http://www.axa.es/sala_de_prensa/index_salaprensa.htm)

El Grupo AXA es uno de los grandes grupos aseguradores de España, con un volumen de negocio total de casi 3.000 millones de euros en 2011, AXA cuenta con 3,6 millones de clientes y 6,4 millones de pólizas. La compañía dispone de más de 7.000 puntos de asesoramiento y venta.

Síguenos en:



reinventando / los seguros

