

Nombre del niño: _____ Fecha: _____

Cómo cuidar a un niño con la enfermedad por coronavirus-19 (COVID-19)

¿Qué es la enfermedad por coronavirus-19?

La **enfermedad por coronavirus-19**, también llamada **COVID-19**, es causada por un nuevo tipo de coronavirus que se diagnosticó por primera vez a fines del 2019. Es un tipo de virus que se propaga fácilmente entre las personas a través de gotas que flotan en el aire (**aerosoles**) cuando alguien tose o estornuda.

¿Cuáles son los signos y síntomas de COVID-19?

El COVID-19 da signos y síntomas muy diferentes. Los más comunes son fiebre, tos y dificultad para respirar. Los signos y síntomas de COVID-19 son parecidos a los de un resfriado o una gripe. Puede provocar dificultad respiratoria y **neumonía** (infección en los pulmones). La mayoría de las personas no tienen problemas graves por COVID-19 y mejoran con el descanso y bebiendo líquidos. Sin embargo, quienes hayan tenido problemas pulmonares, del corazón, diabetes, obesidad u otros problemas graves de salud, son más propensos a contraer COVID-19.

Luego de la prueba para COVID-19

Existen distintas formas para descubrir si un niño tiene COVID-19. Una vez que se obtiene la muestra, se manda a un laboratorio para que hagan el análisis para COVID-19. Por lo general, los resultados están listos varias horas después de que el laboratorio recibe la muestra.

- Para más información, pídale al médico o al enfermero del niño el folleto:
 - **Prueba para enfermedad por coronavirus-19 (COVID-19) #3125/3124s.**

¿Cuál es la mejor manera de cuidar al niño con una enfermedad respiratoria?

En los niños, la posibilidad de que la enfermedad por COVID-19 se vuelva grave es baja. Los niños diagnosticados con COVID-19 suelen tener síntomas más leves que los que tienen los adultos. Para tratar la enfermedad del niño, es importante que le dé mucho líquido para que se mantenga hidratado y que descanse mucho.

La mejor manera de cuidar al niño y a la familia es seguir estas recomendaciones:

- **El niño debe quedarse en la casa al menos 10 días.** El niño puede contagiar a otros con COVID-19.
- Evite estar entre mucha gente (**distanciamiento físico**).
- Evite el contacto con quienes no estén en su casa. Si debe estar en una zona pública, mantenga de los demás una distancia de por lo menos 6 pies. No invite gente a la casa.
- El niño debe estar alejado de todos los que conviven, lo más posible. Por ejemplo, mantenga al niño en un dormitorio separado, o divida un ambiente permanentemente con una mampara o divisor.
 - Si el niño no puede estar en una habitación separada, elija en la casa un lugar con buena ventilación. Encienda el ventilador o tenga la ventana abierta para que el aire se mueva (**ventilación**).
- De ser posible, el niño deberá usar un baño para él solo. Si no tiene un baño para él, límpielo cada vez que lo usa.
- **Colóquese una mascarilla o una tela para cubrirse la cara cuando deje la casa.** Las mascarillas y la cobertura de la cara pueden prevenir la difusión de enfermedades respiratorias. Los niños menores de 2 años, quienes tienen problema para respirar y quienes no puedan sacarse la mascarilla sin ayuda no deben usarlas. Siempre debe mantener una distancia de por lo menos 6 pies de los demás, aun cuando use una mascarilla. Sólo saque al niño de la casa si es absolutamente necesario.
- Todos en la familia deben lavarse las manos frecuentemente con agua y jabón durante al menos 20 segundos. Es importante que en la familia sepan cómo lavarse las manos de la manera correcta.
 - Si las manos no se ven sucias, use un desinfectante para manos a base de alcohol (**desinfectante para manos**). Para limpiarlas, debe esparcir el producto por toda la mano, entre los dedos, en el reverso de las manos y alrededor de las uñas. Frótese las manos hasta que estén secas.
 - Para más información sobre cómo lavarse las manos, pida al médico o al enfermero del niño el folleto: **Buen lavado de manos #772/100s**.
- Todos los días, limpie las áreas en la casa, como el inodoro, la tina, la ducha (regadera), los lavabos, los picaportes y las barras (mesadas) con un producto de limpieza para el hogar, como Lysol® todos los días. De ser posible, use guantes descartables al limpiar. Descártelos después de usarlos y lávese las manos.

- Trate de no tocarse la cara, la nariz, los ojos ni la boca. Todos en la familia deben hacer lo mismo.
- Al toser o estornudar, no olvide cubrirse la boca y la nariz con el codo flexionado. Luego, límpiense las manos.
- Limpie los aparatos electrónicos como teléfonos y controles remoto todos los días, siguiendo las instrucciones del fabricante. De ser posible, cubra con una funda que sea lavable los aparatos electrónicos como celulares y tabletas. Si no puede encontrar las instrucciones del fabricante, trate de usar paños con alcohol o un aerosol que contenga al menos 70 % de alcohol. No use mucho líquido al limpiar y deje secar el área completamente antes de usar esa área. De ser posible, colóquese guantes descartables al limpiar. Descártelos después de usarlos y lávese las manos.
- Lave frecuentemente la ropa y también las sábanas y las toallas del niño. No es necesario que lave estas prendas por separado del resto de la ropa para lavar de la casa. Limpie el canasto de la ropa para lavar del niño después de sacar la ropa sucia. De ser posible, colóquelo una funda en el interior (como una bolsa de plástico) o use una funda lavable y lávela después de lavar la ropa del niño. Trate de usar guantes descartables al tocar la ropa sucia. Descarte los guantes luego de usarlos. Es importante que se lave las manos inmediatamente después de tocar la ropa sucia y de sacarse los guantes.
- Evite compartir los objetos que usa en la casa a diario, como tazas, platos, cubiertos, toallas y ropa de cama.
- Use un bote (tacho) de basura específico con una funda interior (como una bolsa de plástico). En lo posible, use guantes descartables después de vaciarlo. Límpiense las manos inmediatamente después de vaciar la basura.
- Conserve en la casa alimentos y agua que no se echen a perder, como agua embotellada, alimentos enlatados, arroz, granos (frijoles), mantequilla de maní, cereales, sopas y galletas saladas.



Al toser o estornudar, no olvide cubrirse la boca y la nariz con el codo flexionado. Luego, límpiense las manos.

Debe seguir estas recomendaciones durante al menos otros 3 días (72 horas) después de que el niño no tenga síntomas ni fiebre sin haber tomado medicamentos para bajar la fiebre. También debe seguir las recomendaciones durante por lo menos 7 días desde el inicio de los síntomas del niño.

Aunque usted y otros familiares no tengan síntomas, igualmente deberán seguir estas recomendaciones durante al menos 10 días desde que el niño presentó los primeros síntomas de enfermedad. Si el niño sigue con fiebre o tiene síntomas respiratorios, tiene que seguir con estas recomendaciones. Es muy importante que sepa que podría tener que seguir estas recomendaciones durante más tiempo del que necesita el niño para ayudar a detener la propagación de la enfermedad.

En el hospital:

Si el niño tiene COVID-19 y está en el hospital, hay cosas que puede hacer para detener la propagación de la infección a otras personas:

- Mantenga al niño en la habitación del hospital todo el tiempo (**aislamiento**).
- Use una mascarilla cuando deja la habitación del niño y cuando algún empleado entra en la habitación.
- Límpiense las manos cada vez que entre a la habitación del niño y cada vez que salga de ella.
- Aunque use la mascarilla, no visite otras áreas del hospital, como la cafetería o la regalería.
- Traiga una mascarilla nueva cada vez que venga al hospital.
- Siga las recomendaciones hospitalarias para los visitantes. Un solo adulto cuidador puede estar con el niño por vez. Un total de dos adultos cuidadores pueden visitar al niño durante todo el día en que esté en el hospital. Pregunte al enfermero o médico del niño quién puede visitarlo.
- Algún empleado podrá ayudarlo a que le envíen las comidas a la habitación del niño para él y usted. El servicio es para las familias que pidieron quedarse en la habitación del niño (**cuarentena**) al visitar el hospital por COVID-19.

En la casa:

Si el niño tiene COVID-19 y está en la casa, hay cosas que puede hacer para detener la propagación de la infección a otras personas, entre ellas:

- **Mantenga al niño en la casa.**
- Mantenga a otras personas y a las mascotas alejadas del niño lo más posible.
- Haga que el niño use un baño diferente.
- Es importante que toda la familia se lave o limpie las manos frecuentemente.
- Todos los días, limpie las áreas en la casa, como el excusado, la tina, la ducha (regadera), los lavabos, los picaportes y las barras (mesadas) con un producto de limpieza para el hogar, como Lysol®.

¿Qué debo decirle al niño sobre COVID-19?

El niño puede estar asustado por la información que recibe a través de los noticieros, los medios sociales y la gente sobre COVID-19. Es importante que hable con el niño. Primero, pregúntele lo que ha escuchado sobre el tema. De esta manera puede averiguar cuánto sabe el niño al respecto y ver si la información es correcta. Cuando hable con el niño sobre COVID-19 sea sincero y use palabras simples. Recuérdele al niño que le haga preguntas si tiene dudas. Para que el niño sienta que está en control de la situación, déjelo descansar mucho y que se lave las manos con frecuencia.

¿Cuándo debo llamar al 911?

Hay signos o síntomas de una enfermedad respiratoria que son una emergencia.

Llame de inmediato al 911 si el niño:

- tiene problemas para respirar o deja de respirar
- se pone morado
- está confundido
- está muy somnoliento (**letárgico**) o le resulta difícil despertarlo



Llame de inmediato al 911 si el niño tiene problemas para respirar, se pone morado, está confundido o tiene mucho sueño (está letárgico)

Después de leer esta información:

- Dígale al médico o enfermero del niño cuáles son las mejores maneras de proteger al niño y a la familia de COVID-19. (Marcar después de hacerlo).
- Dígale al médico o enfermero del niño qué hará si el niño tiene COVID-19 y está en el hospital. (Marcar después de hacerlo).
- Dígale al médico o enfermero del niño qué hará si el niño tiene COVID-19 y está en la casa. (Marcar después de hacerlo).



Si tiene alguna pregunta o, inquietudes

- Llame al médico del niño o
- Llame al _____



Para saber más sobre salud y enfermedades infantiles,

visite nuestra biblioteca The Emily Center en Phoenix Children's Hospital

1919 East Thomas Rd., Phoenix, AZ 85016

602-933-1400

866-933-6459

www.phoenixchildrens.org

www.theemilycenter.org

Facebook: facebook.com/theemilycenter

Twitter: @EmilyCenter_Esp

Advertencia:

La información que se brinda en este sitio es de índole general y con fines educativos solamente, y no reemplaza la consulta, examen o tratamiento médicos. Phoenix Children's Hospital lo insta a comunicarse con su médico si tiene preguntas sobre algún problema médico.

23 de noviembre del 2021

#3093/3092s • Autores: Nicki Mitchell, MSN, RN, CPN y el Centro de Comando de COVID-19

Traducción: Marcela Testai, MD, MA, MBA