

Patient Education

Instrucciones para el alta del coronavirus 2019 (COVID-19) en niños

You must carefully read the "Consumer Information Use and Disclaimer" below in order to understand and correctly use this information

Acerca de este tema

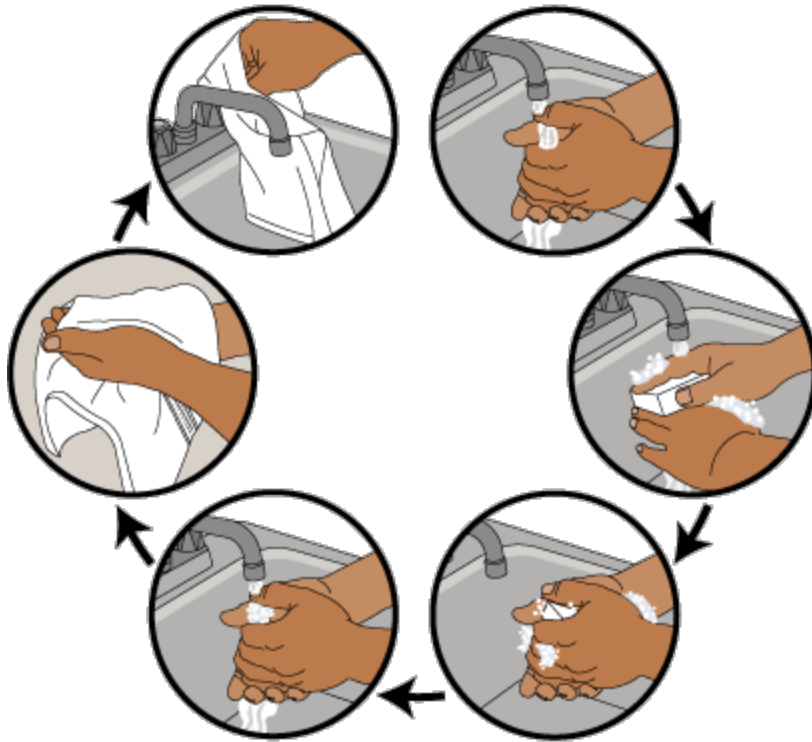
La enfermedad del coronavirus 2019 también se conoce como COVID-19. Es una enfermedad viral que infecta los pulmones. Es causada por un virus llamado coronavirus asociado al SARS (SARS-CoV-2).

Los signos de la COVID-19 suelen aparecer unos días después de haberse infectado. En algunas personas, los signos tardan más tiempo en aparecer. Otras nunca presentan signos de infección. Su hijo puede tener tos, fiebre, escalofríos con temblores y puede resultarle difícil respirar. Su hijo puede estar muy cansado, tener dolores musculares, dolor de cabeza o dolor de garganta. Algunos niños presentan malestar estomacal y heces blandas. Otras personas pierden el sentido del olfato o del gusto. Los bebés pueden tener problemas para alimentarse. Algunos niños con COVID-19 tienen manchas de color púrpura rojizo en los dedos de las manos o de los pies. Es posible que su hijo no presente estos signos todo el tiempo; estos pueden aparecer y desaparecer mientras está enfermo.

El virus se propaga fácilmente a través de pequeñas gotas cuando una persona con la infección habla, estornuda o tose. Las personas pueden transmitir el virus a otras cuando hablan cerca, cantan, se abrazan, comparten comida o se dan la mano. Los gérmenes también sobreviven en superficies como mesas, picaportes y teléfonos. Esto significa que las demás personas se pueden enfermar si tocan una superficie con el virus y luego se tocan la cara. Los médicos creen que usted también puede propagar la infección incluso si no tiene síntomas, pero no saben cómo sucede. Por eso, mantener a las personas separadas es una de las mejores formas de frenar la propagación del virus.

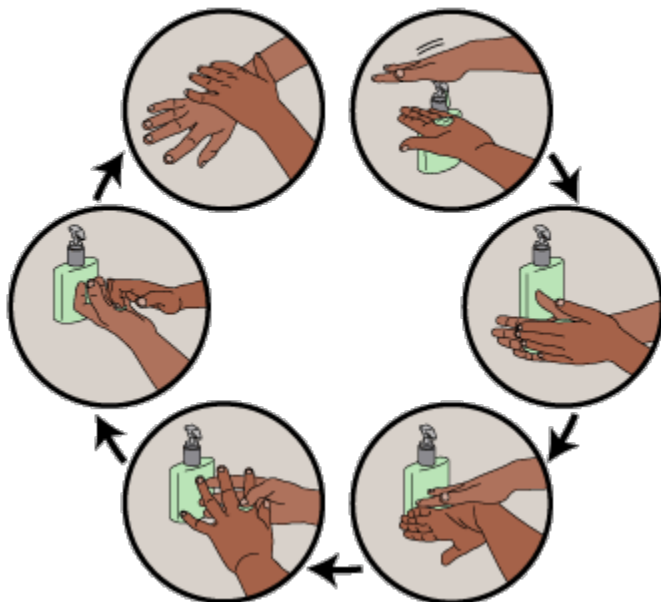
Algunos niños tienen un caso leve de COVID-19 y pueden permanecer en sus casas hasta que se sientan mejor. Es posible que otras necesiten estar en el hospital si están muy enfermas. Algunos niños también tienen inflamación en todo el cuerpo. Los niños con COVID-19 deben estar aislados de los demás. Pueden juntarse con otras personas cuando el médico determine que es seguro.

Lavado de manos



Restriéguelas
durante
20 segundos

Desinfectante para manos



¿Qué cuidados se necesitan en casa?

- Pregunte a su médico qué debe hacer al llegar a casa. Asegúrese de hacer preguntas si no entiende lo que explica el médico.
- Cerciórese de que su hijo beba mucha cantidad de agua, jugo o caldo para reemplazar los líquidos que pierde con la fiebre.
- Puede usar un humidificador de aire frío en la habitación de su hijo para ayudar a aliviar la congestión y la tos.
- Puede que los niños mayores quieran usar de 2 a 3 almohadas para apoyarse cuando se acuestan. Esto podría hacer que les sea más fácil respirar y dormir.
- No fume cerca de su hijo.
- Para reducir la posibilidad de contagio de la infección a otros:
 - Los niños mayores de 2 años deben **usar una mascarilla si están cerca de otros** que no están enfermos. Las mascarillas de tela funcionan mejor si tienen más de una capa de tela.
 - Ayude a su hijo a lavarse las manos con frecuencia.
 - Cerciórese de que su hijo permanezca en casa en una habitación separada, alejado de los demás. Limite la cantidad de cuidadores. Solo saque a su hijo para recibir atención médica.
 - Use un baño separado, de ser posible.
 - Use platos, utensilios, ropa de cama, toallas y dispositivos electrónicos distintos.
 - Limpie los objetos que se tocan con frecuencia con desinfectante. Estos incluyen elementos como picaportes, interruptores de luz, controles remotos, teléfonos, teclados, encimeras y mesas.
 - Evite el contacto con las mascotas.
 - Evite tener visitas en la casa.

¿Qué cuidados se necesitan en la etapa de seguimiento?

- Es posible que el médico le solicite acudir con su hijo al consultorio para evaluar su progreso. No falte a estas citas. Asegúrese de que usted y los niños mayores de 2 años usen una mascarilla en estas visitas.
- De ser posible, comunique con anticipación al personal que su hijo tiene COVID-19 para que tome las medidas necesarias para evitar el contagio de la enfermedad. Puede que lo asignen a una habitación separada o le pidan que espere en su automóvil hasta que lo llamen.
- Puede llevar algunas semanas que la salud de su hijo vuelva a la normalidad.

¿Qué medicamentos pueden ser necesarios?

Es posible que el médico le recete medicamentos para lo siguiente:

- Ayudar con la fiebre

¿Estará restringida la actividad física?

Es posible que su hijo deba limitar su actividad física. Hable con el médico acerca de cuál es la cantidad adecuada de ejercicio que debe hacer su hijo. Si su hijo ha estado muy enfermo con COVID-19, puede pasar algún tiempo hasta que recupere su fuerza.

¿Será necesario algún otro cuidado?

Los médicos no saben por cuánto tiempo una persona puede transmitir el virus a otras personas después de haber estado enferma. Por eso es importante mantener a su hijo en una habitación separada cuando está enfermo. Por ahora, los médicos proporcionan pautas generales que debe seguir luego de que su hijo haya estado enfermo. Antes de que su hijo pase tiempo con otras personas:

- No debe presentar fiebre durante 3 días sin tomar medicamentos para bajar la fiebre
- No debe tener síntomas de tos o falta de aire
- Debe esperar al menos 10 días después de haber tenido los primeros síntomas o de su primera prueba positiva, y debe estar libre de síntomas, como se indicó anteriormente. Algunos expertos sugieren esperar 14 días.

En ocasiones los médicos también querrán que su hijo presente 2 pruebas de detección de COVID-19 negativas con al menos 1 día de diferencia. Los médicos tampoco saben si una persona puede contraer el virus nuevamente.

¿Qué problemas podrían surgir?

- Pérdida de líquidos. Esto se denomina deshidratación.
- Daño a corto plazo o a largo plazo en los pulmones
- Problemas del corazón
- Muerte

¿Cómo puede prevenirse este problema de salud?

- Use una mascarilla de tela o una cubierta facial hecha con más de una capa de tela si tiene más de 2 años:
 - Cuando salga de su casa. Lo mejor es quedarse en su casa tanto como pueda. Solamente salga para obtener comida o medicamentos. Si su hijo tiene que estar cerca de otras personas, trate de mantenerlo al menos a 1,8 metros (6 pies) de otras personas.
 - Si está enfermo con la COVID-19 y debe permanecer en la misma habitación con otras personas. Lo mejor es quedarse en una habitación alejado de los demás cuando tiene COVID-19

- Si cuida a alguien con COVID-19 en su hogar. Es posible que también quiera usar guantes.
- Si tiene síntomas de COVID-19 y está cerca de otras personas, es mejor permanecer en una habitación alejada de los demás.
- Si presenta alto riesgo de COVID-19 y está en contacto con otras personas.
- Lávese las manos y lave las manos de su hijo tan pronto como se retiren la mascarilla de tela o la cubierta facial. Recuérdele a su hijo que no se toque los ojos, la nariz o la boca cuando esté usando su mascarilla. Esto también es importante cuando se quita la mascarilla.
- Agarre las mascarillas solo por sus correas. Lávelas inmediatamente después de usarlas o deséchelas si son desechables.
- Ayude a su hijo a aprender a lavarse las manos correctamente. Lávese las manos **a menudo** con agua y jabón durante al menos 20 segundos, en especial luego de toser o estornudar. Los desinfectantes para las manos a base de alcohol que tengan al menos 60 % de alcohol también funcionan para eliminar el virus. Frótese las manos con el desinfectante durante al menos 20 segundos.
- Evite las multitudes. Evite los parques infantiles y las citas de juego. Procure quedarse en su casa tanto como pueda. Reunirse al aire libre es probablemente menos riesgoso que reunirse en el interior.
- Si su hijo necesita estar en un grupo con otras personas, enséñele sobre el distanciamiento social. Intente permanecer al menos a 6 pies (1.8 metros) de distancia. Evite los apretones de manos, los abrazos y los choques de manos. Debe evitar tocarse la cara y lavarse las manos con frecuencia.
- Enséñele a su hijo a cubrirse la boca y la nariz con un pañuelo cuando tosa o estornude. El niño puede también toser en el codo. Haga que el niño tire en la basura los pañuelos desechables y se lave las manos después de tocar los pañuelos usados.

¿Cuándo debo llamar al médico?

- Signos de infección. Estos incluyen fiebre de 100.4 °F (38 °C) o más alta, escalofríos, tos, aumento del esputo o cambio en el color del esputo.
- La respiración empeora: es más difícil o más rápida que antes o el niño siente que tiene menos aire
- Problemas para respirar mientras está acostado boca arriba en posición plana
- Su hijo necesita inclinarse hacia adelante para respirar cuando está sentado
- Su hijo tiene manchas de color púrpura rojizo en los dedos de las manos o de los pies
- Su bebé tiene problemas para alimentarse
- Las puntas de los dedos, las uñas, la piel o los labios están azules

Repita la enseñanza con sus propias palabras (Teach Back): Ayudándolo a comprender

El método de enseñanza recíproca ayuda a comprender la información que se le está proporcionando. Después de hablar con el personal, cuente con sus propias palabras lo que acaba de aprender. Esto le asegura que el personal ha descrito todos los aspectos necesarios de forma clara. También ayuda a explicar ciertas cosas que pueden haber sido confusas. Antes de irse a su casa, asegúrese de poder hacer lo siguiente:

- Hablar sobre la afección de mi hijo.
- Decir qué podría ayudar a mejorar la respiración de mi hijo.
- Decir cómo evitar contagiar a otras personas.
- Decir qué haré en caso de que mi hijo tenga problemas para respirar; se sienta somnoliento o confundido; o si tiene las puntas y uñas de los dedos de las manos, la piel o los labios de color azulado.

Exención de responsabilidad y uso de la información del consumidor:

Esta información no constituye un asesoramiento médico específico y no reemplaza la información que recibe del proveedor de atención médica. Es solamente un breve resumen de información general. NO incluye toda la información sobre afecciones, enfermedades, lesiones, pruebas, procedimientos, tratamientos, terapias, instrucciones para el alta hospitalaria u opciones de estilo de vida que puedan ser pertinentes para usted. Debe hablar con el proveedor de atención médica para obtener la información completa sobre las opciones de tratamiento que posee y sobre su salud. No se debe utilizar esta información para decidir si debe o no aceptar los consejos, instrucciones o recomendaciones del proveedor de atención médica. Solamente su proveedor de atención médica tiene el conocimiento y la capacitación para aconsejarle sobre lo que es adecuado para usted.



© 2021 UpToDate, Inc. and its affiliates and/or licensors. All Rights Reserved.