

El síndrome viral y la COVID-19

Es posible que su hijo/a tenga una infección viral que puede causar síntomas, tales como fiebre, escalofríos, goteo nasal, tos, dolor de garganta, vómitos o diarrea.

- Uno de los posibles virus que puede tener su hijo/a es el de la COVID-19, también conocido como el nuevo coronavirus o SARS-CoV-2. La mayoría de los niños con la COVID-19 tienen síntomas leves y se recuperan por cuenta propia.
- Su hijo/a puede tener una infección viral distinta, como un resfriado común o gripe.
- A partir de la visita de hoy, su hijo/a se encuentra lo suficientemente bien para irse a casa y recibir tratamiento con líquidos orales y medicamentos para el malestar o el dolor.
- **Busque atención o llame de inmediato al 911 si los síntomas de su hijo/a empeoran, por ejemplo, si tiene dificultad para respirar, vómito constante, labios azulados, si ingiere pocos alimentos/líquido, presenta signos de confusión o no es capaz de despertarse.**
- **Si su hijo/a necesita atención de seguimiento**, hable por teléfono con el pediatra antes de realizar una cita en el consultorio. También, puede usar el servicio de Telemedicina de Hackensack Meridian Health en www.ConvenientCareNow.com (utilice el código de descuento HMMH20).

Tratamiento sintomático

- Para la fiebre o el dolor corporal/dolor de cabeza, utilice medicamentos de venta libre, tales como paracetamol (Tylenol) o ibuprofeno (Advil o Motrin). Consulte la lista de medicamentos del alta para obtener información sobre la dosis.
 - Por el momento, no hay información que indique que el uso de ibuprofeno en niños con la COVID-19 tenga un efecto negativo.
- Baje la temperatura con compresas y baños fríos.
- Hidrate con mucho líquido.

Pruebas para detectar la COVID-19

- No realizamos pruebas para detectar la COVID-19 en aquellos niños con síntomas leves que reciben atención en el departamento de emergencias, en el consultorio o en la clínica.

Si a su hijo/a se le hizo la prueba para detectar la COVID-19:

- En general, los resultados están disponibles en el plazo de entre 4 y 7 días. Utilice el sitio web **MyChart** (<https://mychart.hmhn.org>) para verificar los resultados. En los documentos que se le entregaron al recibir el alta, se incluyen las instrucciones de inscripción en **MyChart**. O bien puede obtenerlas llamando al consultorio del pediatra o al número de la Mesa de asistencia, que figura en el Resumen posconsulta (AVS, por sus siglas en inglés).
- Cuando los resultados de la prueba estén disponibles, el personal médico o de enfermería se comunicará con usted.
- No llame al departamento de emergencias, la clínica o el laboratorio para pedir los resultados de la prueba.

Si a su hijo/a no se le hizo la prueba para detectar la COVID-19:

- Cuando su hijo/a ya no tenga fiebre (sin necesitar medicamentos como paracetamol o ibuprofeno) y tenga una mejoría importante en la tos y en otros síntomas, deberá permanecer en el hogar durante 72 horas.
- Si se considera que su hijo/a se encuentra en un riesgo mayor de haber contraído la COVID-19 (por ejemplo, si tuvo contacto cercano con alguien que tiene la COVID-19), usted debe seguir las indicaciones, que aparecen más abajo, para quienes obtienen un resultado positivo en la prueba de detección de la COVID-19.
- **Como cuidador/a, si su empleador le solicita una autorización para regresar al trabajo,** usted debe comunicarse con la oficina de Salud ocupacional de su empleador, con su proveedor de atención primaria o utilizar el servicio de Telemedicina de Hackensack Meridian Health en www.ConvenientCareNow.com (utilice el código de descuento HMMH20).

Si la prueba de detección de la COVID-19 de su hijo/a da resultado negativo (no se encontró el virus):

- Cuando su hijo/a ya no tenga fiebre (sin necesitar medicamentos como paracetamol o ibuprofeno) Y tenga una mejoría importante en la tos y en otros síntomas, deberá permanecer en el hogar durante 72 horas
- No se le debe realizar la prueba nuevamente, a menos que la enfermedad empeore considerablemente.
- **Como cuidador/a, si su empleador le solicita una autorización para regresar al trabajo,** usted debe comunicarse con la oficina de Salud ocupacional de su empleador, con su proveedor de atención primaria o utilizar el servicio de Telemedicina de Hackensack Meridian Health en www.ConvenientCareNow.com (utilice el código de descuento HMMH20).

Si la prueba de detección de la COVID-19 de su hijo/a da resultado positivo (se encontró el virus):

- Debe permanecer en el hogar y continuar con el aislamiento.
- Los Centros para el Control de Enfermedades y el Departamento de Salud de Nueva Jersey recomiendan, en la actualidad, que las personas diagnosticadas con la COVID-19 **permanezcan en “aislamiento en el hogar” hasta 7 días desde el inicio de los síntomas, y por 72 horas luego de que desaparezca la fiebre** (sin el uso de medicamentos antifebriles, como paracetamol e ibuprofeno) **y haya una mejoría importante en los otros síntomas (incluida la tos). Esto significa que, si su hijo/a todavía tiene fiebre y síntomas luego de 7 días, usted debe esperar otros 3 días hasta que desaparezca la fiebre y mejoren los síntomas antes de interrumpir el aislamiento.**
- “Aislamiento en el hogar” significa que su hijo/a debe permanecer en su casa y no asistir a ninguna reunión o evento social. Su hijo/a no debe salir del hogar, excepto para buscar

atención médica. En la medida de lo posible, su hijo/a debe evitar estar en contacto con otras personas mientras permanezca dentro del hogar. Consulte más abajo cuáles son las medidas que pueden ayudarle a prevenir la propagación de la COVID-19. Si varios miembros del hogar dieron positivo en la prueba de COVID-19, pueden permanecer juntos en aislamiento. Sin embargo, las personas que tienen COVID-19 deben separarse de los que no tienen síntomas o los que dieron negativo en la prueba.

- **Consultas de seguimiento con el pediatra de su hijo/a:** Si su hijo/a debe salir del hogar durante este período, solo debe ser para buscar atención médica. Si es posible, llame al pediatra de su hijo/a y pregunte si puede realizar el seguimiento por teléfono. Si necesita ir a su consultorio, llame con anticipación para avisar que va en camino. Tanto usted como su hijo/a deben usar una mascarilla facial al ingresar al centro médico si su hijo/a aún tiene síntomas. Evite el transporte público, los sistemas de viaje compartido o los taxis.
- **Contactos en el hogar:** Vea a continuación la información detallada para los contactos en el hogar del Departamento de Salud de Nueva Jersey.
- **Interrupción del aislamiento en el hogar:** Cuando se encuentre en condiciones de interrumpir el aislamiento en el hogar según las indicaciones anteriores, el Departamento de Salud de Nueva Jersey aconseja que no es necesario tener la autorización de su médico o de su departamento de salud local para interrumpir el aislamiento. Sin embargo, si tiene preguntas, llame al pediatra de su hijo/a y hable con él.

Precauciones generales para los cuidadores y otros miembros del hogar:

- Asegúrese de entender toda la información y de estar preparado para ayudar al/a la paciente a seguir las instrucciones del proveedor de atención sanitaria sobre los medicamentos y el tratamiento.
- Controle los síntomas del/de la paciente. Si el/la paciente empeora, llame a su pediatra y dígame que tiene un diagnóstico de COVID-19 confirmado por el laboratorio. Esto ayuda a que el personal del consultorio tome las medidas necesarias para evitar que otras personas en el consultorio o en la sala de espera se infecten. Si el/la paciente tiene una emergencia médica y necesita llamar al 911, avise al personal de asistencia que el/la paciente tiene COVID-19 o está en evaluación para detectar la enfermedad.
- En la medida de lo posible, los miembros del hogar deben permanecer en otra habitación o separarse del paciente. Si es posible, los miembros del hogar deben usar habitaciones y baños separados.
- Prohíba la visita de personas que no tengan una necesidad imprescindible de entrar en el hogar.
- No toque mascotas u otros animales mientras esté enfermo/a. Para obtener más información, vea la sección acerca de la COVID-19 y los animales.

- Asegúrese de que los espacios compartidos del hogar estén bien ventilados, por ejemplo, encendiendo el aire acondicionado o abriendo las ventanas si el clima lo permite.
- Lávese las manos frecuentemente con agua y jabón por, al menos, 20 segundos o utilice un desinfectante de manos a base de alcohol, que contenga entre 60 % y 95 % de alcohol. Cubra todas las superficies de las manos y frótelas juntas hasta que las sienta secas. Si las manos están visiblemente sucias, de preferencia, se debe usar jabón y agua.
- Evite tocarse los ojos, la nariz y la boca con las manos sin lavar.
- El/la paciente debe utilizar una mascarilla facial cuando esté en presencia de otras personas. Si el/la paciente no puede usar una mascarilla facial, usted, como cuidador/a, debe usarla cuando se encuentre en la misma habitación que él/ella.
- Utilice una mascarilla facial y guantes desechables cuando tenga contacto con la sangre, las heces o los líquidos corporales (saliva, esputo, moco nasal, vómito u orina) del/de la paciente.
- Deseche las mascarillas faciales y los guantes luego de usarlos. No los vuelva a utilizar.
- Cuando se quite el equipo personal de protección, primero, quítese los guantes y deséchelos. Luego, de inmediato, lávese las manos con agua y jabón o con un desinfectante de manos a base de alcohol. En seguida, quítese la mascarilla facial y deséchela; inmediatamente, lávese las manos nuevamente con agua y jabón o con un desinfectante de manos a base de alcohol.
- Evite compartir artículos del hogar con el/la paciente. No deben compartir platos, vasos, tazas, utensilios para comer, toallas, ropa de cama u otros artículos. Luego de que el/la paciente utilice estos artículos, usted debe lavarlos cuidadosamente (vea la sección “Lave la ropa cuidadosamente” a continuación).
- Limpie todas las superficies que toca frecuentemente, tales como mostradores, tableros, perillas, elementos fijos del baño, inodoros, teléfonos, teclados, tabletas y mesas de noche, todos los días. Además, limpie toda superficie que pueda tener sangre, heces o líquidos corporales.
- Utilice aerosoles o paños de limpieza para el hogar, según las instrucciones de la etiqueta. Las etiquetas tienen instrucciones para el uso seguro y efectivo del producto de limpieza, incluidas las precauciones que usted debe tener cuando utiliza el producto, tales como usar guantes y asegurarse de ventilar bien los ambientes al usar el producto.
- Lave la ropa cuidadosamente.
- De inmediato, quítese la ropa y lávela, además de la ropa de cama que tenga sangre, heces o líquidos corporales.
- Utilice guantes desechables mientras manipula artículos del suelo y mantenga los artículos del suelo lejos de su cuerpo. Lávese las manos (con agua y jabón o con un desinfectante de manos a base de alcohol) inmediatamente después de quitarse los guantes.
- Lea y siga las instrucciones de lavado en las etiquetas de la vestimenta y del detergente. En general, utilice un detergente normal para lavar, según las instrucciones de la lavadora y seque por completo, usando las temperaturas más calientes recomendadas en la etiqueta de la vestimenta.



Hackensack Meridian
Children's Health

Hay más información disponible aquí:

- <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/index.html>
- <https://www.healthychildren.org/English/health-issues/conditions/chest-lungs/Pages/2019-Novel-Coronavirus.aspx>