

HOJA INFORMATIVA PARA FAMILIAS CON COVID-19 EN AISLAMIENTO, CON HIJOS A SU CARGO



El coronavirus SARS-CoV-2, causante de la COVID-19, es un nuevo tipo de coronavirus que puede afectar a las personas.

Existe la probabilidad de que alguno de miembros de la familia, presente infección leve por el nuevo coronavirus, conviviendo con hijo/hijos pequeños.

Según los datos disponibles hasta la fecha, los niños con infección respiratoria aguda por COVID-19 tienen **muy buen pronóstico**, y los casos leves se recuperan en 1-2 semanas después del inicio de la enfermedad. No se han reportado fallecimientos en niños y los casos graves en ellos son excepcionales.

Este es un mensaje tranquilizador, pero no exime de la necesidad de aislamiento y medidas de protección del niño. Si es solamente uno de los padres la persona afectada, siempre que sea posible, se tomarán las medidas generales recomendadas para adultos con COVID-19: confinamiento en habitación individual compartiendo lo menos posible zonas comunes.

Si los dos padres sufren la infección y no es posible evitar la convivencia en la misma vivienda, se tomarán las medidas de protección que se exponen a continuación.

Recomendaciones

- Las medidas de protección más eficaces son la correcta **higiene de manos y la colocación de mascarilla en las personas enfermas** (los padres), siempre que se vayan a producir acercamientos a menos de 2 metros. Aún así, en la medida de lo posible, es conveniente evitar el contacto físico.
- El niño debe ser considerado **contacto estrecho**, por lo que debe evitar el contacto con otras personas, especialmente personas de riesgo, durante al menos 14 días.

Espacio seguro

- Es conveniente designar al menos una habitación o, un área de la casa como “espacio seguro”.

(excluyendo de ella, cocina, habitación de los padres y, si hay más de uno, baño para los padres).

- En ese ‘espacio seguro’ (por ejemplo salón, habitación propia) el niño pasará el mayor tiempo posible, por lo que debe disponer de los utensilios, materiales de estudio y juego, etc, para evitar circulación innecesaria por otras zonas de la casa.
- A ese espacio se accederá con mascarilla, y tras una correcta higiene de manos.

Lugar de aislamiento de los padres

- Si hay más de un baño, uno de ellos será de uso exclusivo para las personas con síntomas. Si no es posible, deberá ser limpiado con lejía tras cada uso.
- El uso de intercomunicador puede ser útil para reducir la necesidad de contacto o entradas en la habitación del niño.
- Debe evitarse compartir habitación y, si se hace, separar a más de 2 metros. Para acercarse más la persona enferma debe usar mascarilla.
- En la habitación de los padres es deseable disponer de un cubo de basura con tapa automática y bolsa en su interior con cierre hermético para alojar cualquier desecho. Cuando tenga 2/3 de su capacidad llena, introduzca esa bolsa dentro de otra bolsa de basura al lado de la salida de la habitación. Esta segunda bolsa puede depositarse junto al resto de la basura doméstica no reciclable de la casa y, finalmente, tirarse en el contenedor correspondiente.
- Evitar el acceso del niño a los espacios donde los padres pasan más tiempo o realizan actividades (cocina, habitación de los padres, etc).

Lavado de manos y de cuidador y niño

El lavado de manos es una de las **medidas principales** para evitar el contagio por coronavirus.

Se tiene que realizar:

- Tras contacto con saliva, secreciones oculares y nasales, pañuelos, antes y después del cambio de pañal
- Después de toser o estornudar
- Antes y después de tocar al paciente
- Antes de que el paciente salga de su habitación
- Antes de comer
- Después de realizar la limpieza de cualquier útil o superficie.

Madres lactantes con COVID-19

En caso de madres lactantes con infección o sospecha de infección por el SARS-CoV-2, se recomienda mantener la lactancia desde el nacimiento, siempre que las condiciones clínicas del niño y la madre así lo permitan, extremando las medidas de aislamiento (higiene de manos y mascarilla facial) y seguir amamantando o bien hacer una extracción de la leche (manteniendo la máximas precauciones) y que esta sea administrada por un cuidador sano.

Medidas de protección para tomar por los padres

- Cubrir la boca y la nariz al toser y estornudar con un pañuelo de papel, desechar el pañuelo y lavado de manos inmediatamente después.
- El cuidador sano utilizará guantes y mascarilla
- Mantener distancia de 2 metros de resto de convivientes, evitando el contacto físico.
- Restringir cualquier visita domiciliaria que no sea imprescindible.
- Los utensilios de aseo del niño serán de uso individual.
- El niño y el cuidador no deben compartir alimentos, bebidas, vasos, platos o cubiertos.
- Los padres deben evitar tocar o usar objetos que utiliza el niño, salvo que sea imprescindible, y siempre tras higiene de manos.

Limpieza

- Mantener limpias las superficies y áreas de uso frecuente, especialmente aquellas donde el uso es común.
- No compartir los móviles y mantenerlos limpios.
- Limpieza diaria de **todas** las superficies con una solución de lejía (1 parte de lejía por 50 de agua o medio vaso [100 ml] de lejía sin detergente en un cubo con 5 litros de agua) y material desechable.
- La vajilla, cubiertos y utensilios de cocina se lavarán con agua caliente y jabón, preferiblemente en lavaplatos.
- Realizar lavado de manos antes y usar mascarilla para tocar la ropa o utensilios del niño.

Autovigilancia de la salud de los padres y del niño.

Los padres deben informar a su centro de salud de cualquier empeoramiento de la evolución, o si el niño presenta síntomas de infección respiratoria aguda (tos, fiebre o fatiga), para que los servicios sanitarios les den las indicaciones necesarias.

¿Cómo consultar de nuevo?

A través del teléfono de su centro de salud en horario de atención ordinaria

A través de los TELÉFONOS DE INFORMACIÓN SOBRE CORONAVIRUS en Asturias:

- ✓ 984 100 400
- ✓ 900 878 232
- ✓ 112

Materiales recomendables:

1. Recomendaciones para el aislamiento domiciliario en casos leves de COVID-19 (20/03/2020). Ministerio de Sanidad
2. Consejos de aislamiento domiciliario y gestión de residuos (15/03/2020). Astursalud.es

Higiene de manos correcta (40-60 segundos)

