

# Family Education Sheet

El cuidado de un niño sintomático en el hogar mientras se esperan los resultados de la prueba de COVID-19 (enfermedad por coronavirus 2019)



Boston Children's Hospital

View more health education materials at [www.bostonchildrens.org/familyeducation](http://www.bostonchildrens.org/familyeducation)

A su niño se le está haciendo una prueba de COVID-19 (enfermedad por coronavirus 2019), un virus que causa síntomas de enfermedad respiratoria de leve a grave, como fiebre, tos y falta de aliento. Esta hoja de información familiar le explica algunas medidas importantes que usted debe tomar en su casa mientras espera los resultados.

## ¿Cuánto tiempo tardan los resultados?

Los resultados de las pruebas de su niño pueden demorar hasta 24 horas.

## ¿Cómo me enteraré de los resultados?

Su profesional de la salud se comunicará con usted si su niño tiene un resultado positivo.

- Los resultados de la prueba COVID-19 se pueden encontrar en el portal del paciente: MyChildren's.
- Para crear una cuenta en el portal, vaya a [www.mychildrens.org](http://www.mychildrens.org) y haga clic en "Sign Up for an Account" (Registrarse para una cuenta).
- El portal del paciente MyChildren's está disponible sólo en inglés. Para recibir apoyo en otros idiomas, llame a la línea de ayuda de MyChildren's al 617-919-4396 y pida hablar con un intérprete.

## ¿A qué síntomas debo estar atento en mi casa?

Preste atención a lo siguiente:

- Temperatura o fiebre
- Tos
- Dolor de garganta
- Falta de aire o dificultad para respirar
- Escalofríos
- Dolores musculares o corporales
- Nuevo episodio de pérdida del gusto o del olfato

**Si estos síntomas empeoran, llame al pediatra.** Dígame que su familia está en autoaislamiento (se están quedando en casa lejos de los demás) y que están esperando los resultados de la prueba de COVID-19 de Boston Children's.

Si se trata de una emergencia, llame al 911 o a su número local de emergencias. Explique que su niño tiene síntomas similares a los del COVID-19.

## ¿Cuándo debo llamar al médico o a la enfermera de mi niño?

Llame si su niño:

- Tiene fiebre de más de 100,4 °F (38 °C)
- No está bebiendo líquidos
- Tiene dolor de oído o le salen secreciones del oído

- Tiene goteo o congestión nasal durante 2 semanas o más
- Tiene tos fuerte o dolor en el pecho
- Tiene un dolor de cabeza persistente
- Su enfermedad está empeorando

## ¿Cuándo debo llevar a mi niño a la sala de emergencias?

Vaya a la sala de emergencias si su niño:

- Parece deshidratado. Algunos de los signos son: mareos, somnolencia, boca seca o pegajosa, ojos hundidos, llanto con pocas lágrimas o ninguna, y orinar menos a menudo (o mojar menos pañales).
- No puede beber ni hablar
- Tiene dificultad para respirar, respira rápidamente o tiene la piel morada alrededor de los labios.

## ¿Cómo puedo ayudar a que mi niño se sienta mejor en casa?

- Haga que su hijo **descanse, coma alimentos saludables y beba mucha agua.**
- **Si el niño tiene fiebre**, dele medicamentos para bajar la temperatura (siguiendo las indicaciones de la etiqueta o de su pediatra).
- **Tome la temperatura del niño por la boca con un termómetro digital al menos dos veces al día** y 4 horas después de dar el medicamento. Llame a su pediatra si es más de 100,4 °C o 38 °F.

## ¿Qué debe hacer mi familia mientras esperamos los resultados?

### Quédense en su casa lejos de otras personas

- **Autoaislamiento:** Usted y su familia se deben quedar en casa, lejos de otros, para disminuir el riesgo de propagar la enfermedad.
- **Mantenga a su niño en un cuarto de la casa:** Su niño se debe quedar en una habitación o debe mantener al menos 6 pies (2 metros) de distancia de las otras personas y de las mascotas.
- **Use un servicio de entrega o recogida de comestibles** o pídale a sus amigos o familiares que le dejen comestibles y suministros en la puerta de su casa para evitar el contacto directo.
- **Evite visitantes y lugares públicos:** No recomendamos ir a actividades o reuniones fuera de su casa, por ejemplo, escuela, iglesia, mezquita, templo, tiendas de comestibles o restaurantes. No

recomendamos que su niño se encuentre a jugar con amigos ni que reciba visitas.

- **Si deben ir a su casa profesionales de la salud para el cuidado de su niño**, dígalos que a su niño le han hecho una prueba de COVID-19. Los profesionales de la salud deben usar equipo de protección personal como guantes, protección de los ojos y mascarillas.

## Use equipo de protección personal y practique una buena higiene

- **Elijan a un miembro sano de la familia para cuidar al niño.** Sabemos que esto no siempre es posible.
- **Hagan que el niño use una mascarilla o una cubierta de tela para la cara** que le cubra la nariz y la boca (como un pañuelo o una bufanda) cuando esté con otras personas, incluso con usted. Si no puede usar una mascarilla, usted debe usar una mientras esté en el mismo cuarto.
- En la casa, todos se deben **lavar las manos a menudo con agua y jabón durante al menos 20 segundos**, especialmente después de tener contacto con el niño. Pueden usar jabón natural. Si no hay agua y jabón disponibles, también pueden usar un desinfectante de manos a base de alcohol con un 60-95 % de alcohol para lavarse las manos. Lávese las manos con agua y jabón si se ven sucias.
- Todos los miembros del hogar deben **evitar tocarse los ojos, la nariz y la boca** a menos que se hayan lavado las manos.

## ¿Puedo amamantar a mi niño?

- Si el niño al que le hicieron la prueba es un bebé y usted lo amamanta, **puede seguir haciéndolo**.
  - Asegúrese de lavarse bien las manos y el pecho con jabón y agua tibia antes y después de tocar al bebé.

## ¿Cómo puedo reducir los gérmenes en mi casa?

- Si es posible, **el niño debe usar un baño separado de los otros miembros del hogar**. El baño se debe limpiar a menudo y la tapa del inodoro se debe cerrar al tirar la cadena para evitar la propagación de gérmenes.
- **Limpie los objetos que se toquen comúnmente**, como picaportes, inodoros, grifos o dispositivos electrónicos (teléfonos, computadoras). Use un producto de limpieza regular para el hogar o prepare su propio desinfectante mezclando una parte de blanqueador con nueve (9) partes de agua.
- **Cuando limpie, si es posible, use una mascarilla médica y guantes desechables.** Si no tiene una mascarilla médica, también puede usar un pañuelo o una bufanda. Después de limpiar:
  - Quítese los guantes y tírelos.
  - Lávese las manos de inmediato con agua y jabón o use un desinfectante a base de alcohol.

- Quítese la mascarilla y tírela.
- Lávese las manos de nuevo con agua y jabón o use un desinfectante a base de alcohol.
- **No comparta artículos del hogar con nadie que se sospeche o se haya confirmado que tiene COVID-19.** Todos los artículos usados del hogar, como la ropa de cama y las toallas, se deben limpiar a fondo después de usarse.
  - Las personas enfermas deben usar su propio dentífrico y jabón.
- **Abra las ventanas y puertas**, según lo permita el tiempo, para que el aire siga circulando por la casa.

## ¿Cuándo podemos parar el aislamiento en el hogar?

En general, la mayoría de la gente con COVID-19 puede salir de la casa cuando han ocurrido estas 3 cosas:

- No han tenido fiebre durante al menos 24 horas sin usar medicamentos para bajar la fiebre;
  - **Y**
  - Otros síntomas, como tos o falta de aliento, han mejorado;
  - **Y**
  - Han pasado al menos 10 días desde que aparecieron los síntomas por primera vez\*
- \*En algunos casos, las personas con enfermedades graves o problemas del sistema inmunitario deben dejar pasar 20 días desde la aparición de los síntomas

## ¿Qué recursos hay para mi familia?

### Recursos en Massachusetts

#### Massachusetts (211)

Marque 2-1-1 en su teléfono. Lo conecta con información sobre servicios humanos y de salud críticos disponibles en la comunidad.

Si no puede comunicarse con 2-1-1, llame al 1-877-211-MASS (6277). Las personas con dificultades auditivas pueden llamar al 508-370-4890 TTY.

### Recursos de alimentos

#### FoodSource, línea directa

Para encontrar recursos de alimentos en su comunidad, llame al 1-800-645-8333, TTY 1-800-377-1292

[projectbread.org/get-help/foodsource-hotline.html](http://projectbread.org/get-help/foodsource-hotline.html)

#### The Greater Boston Food Bank

El Greater Boston Food Bank se asocia con más de 520 agencias de alivio del hambre en la zona este de Massachusetts.

Llame al: 617-427-5200

[gbfb.org/need-food](http://gbfb.org/need-food)

### Apoyo económico

#### Fondo de Apoyo a Familias afectadas por el COVID-19 de United Way Massachusetts

<https://unitedwaymassbay.org/get-involved/covid-19-family-fund/>

Si tiene preguntas generales, puede escribir por correo electrónico a [info@supportunitedway.org](mailto:info@supportunitedway.org)

## Transporte

### Ridematch

Directorio de opciones de transporte público, privado y accesible en Massachusetts.

<https://massridematch.org/>

## Apoyo emocional

### Línea telefónica de apoyo a madres y padres

¿Necesita alguien con quien hablar? Este servicio 24/7 es gratuito y confidencial. Llame al: 1-800-632-8188

### Línea de ayuda de NAMI:

Si está en una crisis, llame al 1-800-950 6264 o envíe el mensaje de texto "NAMI" a 741741.

### Cómo afrontar la ansiedad relacionada con el coronavirus (COVID-19)

Este sitio web sugiere formas de afrontar el estrés durante la pandemia. Es apropiado para familias y profesionales de la salud.

[verywellmind.com/managing-coronavirus-anxiety-4798909](http://verywellmind.com/managing-coronavirus-anxiety-4798909)

### Meditación guiada en línea, gratis:

[meditationmuseum.org/](http://meditationmuseum.org/)

## Para mayor información

Los pacientes de Boston Children's y sus familiares que tengan preguntas generales sobre el COVID-19, pueden llamar a nuestra línea directa sobre COVID-19 al 855-281-5730 o al 617-355-4200.

Visite el sitio web sobre COVID-19 de Boston Children's: [childrenshospital.org/conditions-and-treatments/conditions/c/coronavirus](http://childrenshospital.org/conditions-and-treatments/conditions/c/coronavirus)

Visite el sitio web de los CDC: [cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/index.html](http://cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/index.html)

Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC): Para personas enfermas o que cuidan a un enfermo [cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/if-you-are-sick/index.html](http://cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/if-you-are-sick/index.html)

CDC: El COVID-19 y la lactancia materna [cdc.gov/breastfeeding/breastfeeding-special-circumstances/maternal-or-infant-illnesses/covid-19-and-breastfeeding.html](http://cdc.gov/breastfeeding/breastfeeding-special-circumstances/maternal-or-infant-illnesses/covid-19-and-breastfeeding.html)

Escanee el código QR con la cámara del teléfono

