



Programa de Educación para la Prevención de Infecciones

Guía de entrenamiento para cuidadores

Estándares:

Los cuidadores y personal podrán:

1. Comprender que las enfermedades se pueden propagar rápidamente en áreas concurridas
2. Reconocer a los signos/síntomas de enfermedades infecciosas y comprender cómo pueden dañar a los niños
3. Explicar intervenciones inmediatas y tratamientos para enfermedades infecciosas
4. Explicar los beneficios de las prácticas de salud que previenen la propagación de enfermedades infecciosas, incluyendo:
 - Lavado de manos
 - Inmunizaciones
 - Depósito de basura (humano y sólido)
 - Preparación de comida
 - Agua potable segura
 - Separando lo enfermo de los demás
5. Comprender las formas de fomentar prácticas de salud que impidan la propagación de enfermedades infecciosas entre los niños

Las enfermedades infecciosas en los niños: las enfermedades infecciosas se encuentran entre las principales causas de la morbilidad y mortalidad pediátrica en todo el mundo. Debido a que los niños, por su edad, aún están desarrollándose y sus cuerpos son inmaduras, tienen un mayor riesgo de efectos a corto y largo plazo de enfermedades infecciosas, como la deshidratación, la malnutrición y el daño a órganos. Como cuidadores, conocer información sobre enfermedades infecciosas y cómo prevenirlas puede ayudar a prevenir enfermedades en los niños y mantenerlos felices y saludables.




Signos/síntomas: cuando los niños tienen una infección, experimentan una variedad de signos y síntomas.

- Tos, resfriado, y más: tos, resfriado, dolor de garganta, nariz que moquea, picazón en los ojos y dolor de oídos son comunes en los niños y generalmente no son motivo de gran preocupación. Sin embargo, a veces estos síntomas pueden indicar infecciones más graves. Estas infecciones son causadas por gérmenes que ingresan a nuestros cuerpos a través de nuestros oídos, nariz y boca y nos causan daño. Ejemplos de infecciones incluyen la amigdalitis, la neumonía, la tuberculosis, infecciones del oído, la conjuntivitis, y la gripe.
 - Síntomas que requieren tratamiento por parte de un profesional médico: respiración rápida o dificultad para respirar; tos prolongada que persiste durante más de 3 semanas; problemas para tragar, especialmente si están bebiendo mucho; rigidez en el cuello; fiebre (101-104 F) que no disminuye con ibuprofeno o paracetamol; negarse a beber o beber mucho menos de lo normal; dolor severo en cualquier lugar; fatiga severa y actividad disminuida; combinación de erupción cutánea, dolor de cabeza, dolor de estómago o vómitos con dolor de garganta; y la descarga del ojo o la oreja.
 - Tratamiento: mantener al niño tibio y animarlo a comer y beber tanto como sea posible. Los líquidos fríos o los alimentos fríos son beneficiosos, y es importante asegurarse de que estén tomando líquidos para evitar a la deshidratación. El paracetamol o el ibuprofeno también pueden ayudar con su recuperación, pero es importante preguntarle a un médico la dosificación y horario de medicación requeridos. La niebla fría o cálida y las compresas calientes pueden ayudar con la comodidad de niño, pero sobre todo el descanso y tomar líquidos son lo esencial.
- Infecciones estomacales: las infecciones estomacales en los niños son enfermedades graves, porque a menudo causan diarrea. La diarrea es peligrosa porque los cuerpos inmaduros de los niños pueden deshidratarse y desnutrirse rápidamente porque la diarrea le drena el líquido del cuerpo. Las infecciones estomacales son causadas por los gérmenes que se ingieren, especialmente los gérmenes de las heces. Estos gérmenes pueden ser virus, bacterias, o parásitos. Esto ocurre con mayor frecuencia cuando hay una eliminación insegura de las heces, malas prácticas de higiene y falta de agua potable. Ejemplos de enfermedades estomacales incluyen la cólera, la fiebre tifoidea, los parásitos, la salmonela y la intoxicación alimentaria. Es importante tener en cuenta que a veces las enfermedades estomacales pueden ser causadas por a una enfermedad o trastorno no infeccioso, como una alergia alimentaria o una enfermedad del tracto intestinal, y en tal caso el niño también requiere atención médica.
 - Síntomas que requieren tratamiento: cualquier enfermedad del estómago que causa diarrea en un niño se debe tomar en serio debido al riesgo de tener complicaciones médicas. La diarrea consiste en las heces acuosas frecuentes y a normalmente empieza con dolor abdominal tipo calambre. Otros síntomas que pueden ocurrir con las infecciones estomacales incluyen la fiebre, pérdida de apetito, náuseas, vómitos y pérdida de peso. Se indica que un niño está gravemente enfermo si tiene varias deposiciones acuosas dentro de

- una hora o si hay sangre en las heces; estos síntomas requieren la intervención inmediata de un profesional médico capacitado.
- Tratamiento: tan pronto como comience la diarrea, los niños necesitan tomar líquidos regulares para evitar complicaciones. Si se lo lleva a un profesional médico, probablemente se le recete una solución de sales de rehidratación oral (SRO) y un suplemento diario de zinc durante 10-14 días. Los medicamentos para la diarrea generalmente no son efectivos y pueden ser dañinos.
 - Infecciones de la piel: los niños son muy susceptibles a las infecciones de la piel debido a un sistema inmune inmaduro y su tendencia a querer tocar a otras personas y objetos en su alrededor. Las infecciones de la piel son causadas por bacterias, virus, parásitos y condiciones ambientales. Las infecciones de la piel ocurren cuando los gérmenes entran en nuestra piel o a través de una herida abierta y causan infección al afectar a la piel. Ejemplos de infecciones de la piel incluyen los piojos, la sarna (escabiosis), la tiña, la varicela, el impétigo, la urticaria y las verrugas
 - Síntomas que requieren tratamiento: los síntomas de las infecciones cutáneas incluyen la picazón en la piel, la erupción cutánea, las pústulas en la piel, áreas de piel tibia y enrojecida, áreas inflamadas de la piel, y ampollas y áreas dolorosas de la piel. El niño debe ser llevado a un profesional médico si los síntomas de la piel lo impiden a participar en las actividades normales de su vida cotidiana, le causa dolor intenso, ocurren simultáneamente con la fiebre, no se disminuyen en 3 días o si uno sospecha que haya una infección específica.
 - Tratamiento: cuando una está cuidando a un niño con una infección en la piel, es importante que una le revise a la infección cada día para observar cualquier cambio en su tamaño o sus características y también limpiar y cubrir el área con un vendaje. Al limpiar la piel infectada, sumerja el área en agua tibia durante al menos 15 minutos. Puede usar una pequeña cantidad de jabón para limpiar el alrededor de la piel infectada y usar un paño suave y limpio para limpiar cualquier pus y sangre del área infectada. Seque el área con un trapo limpio y cúbralo con un apósito limpio para ayudar a que se cure. Es importante lavar a la ropa y las sábanas de los niños y también a los juguetes que haya tocado el área infectada, para evitar la propagación de la infección en los demás.

Intervenciones y tratamientos: hay muchos tratamientos comunes que un profesional médico puede prescribir a un niño con una infección. Para muchas infecciones, se puede necesitar medicamentos que incluyen antibióticos, antivirales, antiparasitarios, antimicóticos, y analgésicos. Otros tratamientos incluyen descanso, tratamiento con un nebulizador, soluciones de rehidratación, cambios en la dieta y medidas de comodidad tales como compresas tibias, gárgaras con agua salada y/o líquidos fríos y enjuagues con solución salina. Es importante seguir cuidadosamente a las instrucciones del profesional médico para asegurar que el niño se sane.

Tipos de Infecciones Comunes en Niños

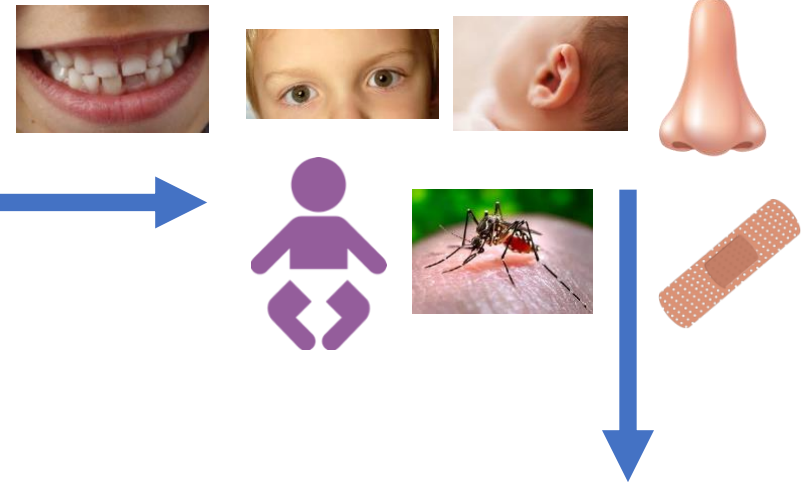
Categoría	Síntomas	Ejemplos
<p>Tos, resfriado, y más</p> 	<p>La tos, la fiebre, dolor (de cabeza, de oído, de la garganta), descarga del ojo o la oreja, dificultad para tragar, dificultad para respirar</p> <ul style="list-style-type: none"> - Síntomas que requieren tratamiento: respiración rápida o dificultad para respirar; tos prolongada > 3 semanas; problemas para tragar; rigidez en el cuello; fiebre (101-104 F) que no disminuye con ibuprofeno o paracetamol; dolor severo en cualquier lugar; fatiga severa y actividad disminuida 	<p>La amigdalitis, la neumonía, la tuberculosis, infecciones del oído, la conjuntivitis, la gripe, la influenza</p>
<p>Infecciones estomacales</p> 	<p>La diarrea, la fiebre, pérdida de apetito, náusea, vómito, pérdida de peso, la deshidratación</p> <ul style="list-style-type: none"> - Síntomas que requieren tratamiento: varias deposiciones acuosas dentro de una hora o si hay sangre en las heces; vomito grave 	<p>La cólera, la gastroenteritis, la fiebre tifoidea, los parásitos, la salmonella y la intoxicación alimentaria</p>
<p>Infecciones de la piel</p> 	<p>La picazón de la piel, la erupción cutánea, las pústulas en la piel, áreas de piel tibia y enrojecida, inflamación</p> <ul style="list-style-type: none"> - Síntomas que requieren tratamiento: si los síntomas de la piel lo impiden a participar en las actividades normales de su vida cotidiana, le causa dolor intenso, ocurren simultáneamente con la fiebre, no se disminuyen en 3 días o si uno sospecha que haya una infección específica. 	<p>Los piojos, la sarna, la tiña, la varicela, el impétigo, la urticaria, las verrugas</p>

¿Cómo se producen las enfermedades?: los patógenos o microorganismos que pueden causar las enfermedades generalmente ingresan a nuestros cuerpos a través de los ojos, la boca, la nariz, las aberturas urogenitales, o a través de heridas o mordidas que traspasan la barrera de la piel. Cuando un patógeno entra a nuestro cuerpo es capaz de causar enfermedades al liberar toxinas, multiplicarse y abrumar a las células normales, dañar las células, o actuar como parásitos y consumir a los nutrientes del cuerpo. Estas acciones causan síntomas de enfermedades al interrumpir el funcionamiento normal de nuestro cuerpo. Nuestro sistema inmune trabaja para combatir el patógeno y eliminarlo y esto también causa muchos síntomas de enfermedades como la fiebre, la fatiga, el malestar general y el dolor. Si nuestro sistema inmune se abruma, pueden ocurrir que las enfermedades más serias ocurran. Las enfermedades infecciosas se pueden diseminar a otras personas de varias formas:

- **Aerotransporte:** las enfermedades infecciosas pueden diseminarse por el aire en gotas que se liberan cuando una persona tose o estornuda. Estas pequeñas gotas pueden ser expulsadas hasta 6 pies en frente de una persona y propagar gérmenes al aterrizar en superficies o en los ojos, la nariz, o la boca de otras personas. En casos raros, una pequeña cantidad de las gotas se pueden quedar en el aire durante horas y luego ser transportadas más lejanas por corrientes de aire y ser respiradas por otras personas.
- **Contacto (directo/persona-persona o indirecto):** los gérmenes pueden propagarse a través del contacto directo/persona-persona o indirectamente a través del contacto con el medio ambiente (objetos, animales, insectos, comida, agua). El contacto directo ocurre cuando las personas se dan la mano, se abrazan o se besan. El contacto indirecto ocurre cuando las personas entran en contacto con algo que ya tiene gérmenes y luego introducen esos gérmenes en su propio cuerpo, como tocar el picaporte y luego tocarse los ojos, la nariz o la boca o compartir platos y utensilios con otras personas.
 - **Fluidos corporales:** un subtipo de propagación de contacto es a través del contacto con fluidos corporales. Los fluidos corporales incluyen orina, saliva, leche materna, semen y secreciones vaginales. Las personas entran en contacto con fluidos corporales principalmente durante las relaciones sexuales y a través de agujas contaminadas (como el uso de drogas IV o tatuajes).
 - **Alimentos y agua:** otro subtipo de propagación de contacto es a través del consumo de alimentos y agua. Los gérmenes también pueden diseminarse a través de la ingestión de alimentos y agua contaminados con bacterias, virus, parásitos, y toxinas.

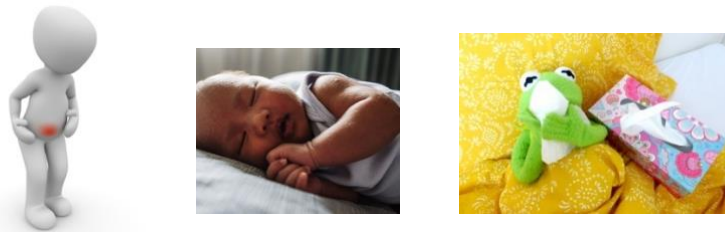
***las enfermedades infecciosas se pueden propagar especialmente en áreas congestionadas y atestadas, como en áreas comunales, por lo tanto, la comprensión de cómo se propagan las enfermedades y las estrategias para prevenir la propagación de la enfermedad es especialmente importante en esas áreas.**

1. Los patógenos (microorganismos que pueden causar las enfermedades) en el ambiente entran a nuestros cuerpos por varias rutas (boca, ojos, nariz, vías orinas, insectos, y heridas)



2. El patógeno puede causar enfermedades al liberar toxinas, multiplicarse y abrumar a las células normales, dañar las células, o actuar como parásitos y consumir nutrientes del cuerpo

4. Síntomas de la enfermedad (fiebre, fatiga, malestar general, dolor)



3. Nuestro sistema inmune trabaja para combatir el patógeno y eliminarlo

Cómo prevenir la propagación de enfermedades:

la buena noticia es que las infecciones son altamente prevenibles y hay una variedad de métodos para prevenir la propagación de enfermedades. Es importante evitar que los patógenos ingresen a nuestros cuerpos tanto como sea posible para prevenir enfermedades.

Inmunizaciones: existen inmunizaciones que pueden prevenir a varias infecciones, incluyendo sarampión, meningitis, difteria, tétanos, tos ferina, fiebre amarilla, polio, y hepatitis B. Los niños inmunizados están protegidos contra estas enfermedades graves que pueden causar discapacidad o la muerte. Cada niño debe recibir la serie de vacunas recomendadas y las que se sugiere que reciban en los primeros 2 años de vida son especialmente importantes. Es importante trabajar con profesionales de salud para asegurarse de que todos los niños bajo su cuidado estén al día con sus vacunas.



Agua, saneamiento, e higiene adecuados: los niños son más vulnerables a los efectos negativos del agua insegura, el saneamiento deficiente y la falta de higiene. El agua limpia y el buen saneamiento son importantes para evitar que los niños estén expuestos a agentes infecciosos. El agua potable debe ser filtrada, clorada, desinfectada con luz solar o hervida antes de ser consumida. Todas las heces deben ser desechadas de forma segura en un inodoro o enterradas en el exterior. La higiene adecuada es muy importante para reducir la exposición a agentes infecciosos y prevenir infecciones también. La higiene adecuada incluye lavarse las manos con agua y jabón (después de usar el baño, antes de preparar o comer comida, después de trabajar afuera o hacer tareas sucias, después de sonarse la nariz/toser/estornudar, después de tocar a una mascota y después de cuidar a una persona enferma), cepillarse los dientes y usar hilo dental, bañarse regularmente, cortarse las uñas, cubrirse de la tos y los estornudos, limpiar la ropa y las toallas, limpiar juguetes y objetos domésticos, mantener un lugar limpio y deshacerse de la basura adecuadamente.

Calendario de vacunación recomienda por OMS

Al nacer	BCG, Hepatitis B, Polio
6 semanas	DTP, Polio, Hepatitis B, HIB, Pneumococcal, Rotavirus
10 semanas	DTP, Polio, Hepatitis B, HIB, Pneumococcal, Rotavirus
14 semanas	DTP, Polio, Hepatitis B, HIB, Pneumococcal, Rotavirus
9-12 meses	Measles, Rubella
Después de 9 años	HPV



Preparación de alimentos: la preparación de los alimentos es una práctica importante para prevenir a las enfermedades transmitidas por los alimentos. Existen 4 pasos simples para prevenir enfermedades transmitidas por los alimentos:

- **Limpiar:** lávese las manos y superficies en el área de preparación de comida a menudo – lávese las manos con agua y jabón antes, durante, y después de preparar la comida y antes de comer. Lave sus utensilios, tablas de cortar y encimeras con agua caliente y jabón. Enjuague las frutas y verduras frescas bajo el flujo de agua (también, puedes usar jabón).
- **Separar:** no se contamine en forma cruzada – la carne cruda, las aves de corral, los mariscos y los huevos pueden diseminar los gérmenes a los alimentos listos para el consumo a menos que los mantenga separados. Use tablas de cortar y platos separados para carne, pollo, y mariscos crudos y mantenga estos alimentos separados de todos los otros alimentos en el refrigerador.
- **Cocine:** a la temperatura adecuada – los alimentos se cocinan de manera segura cuando la temperatura interna es lo suficientemente alta como para matar a los gérmenes que pueden enfermarnos. Use un termómetro para alimentos y observe el color y la textura de los alimentos para asegurarse de que estén bien cocidos.
- **Enfríe:** refrigere adecuadamente – mantenga el refrigerador a menos de 40 F (4 C) y sepa cuándo es necesario tirar la comida a la basura. Refrigere los alimentos perecederos en 2 horas y descongele los alimentos congelados de manera segura en el refrigerador, en agua fría, o en el microondas.

(USDA Food Safety and Inspection Service)



LIMPIAR



SEPARAR



COCINAR



ENFRIAR

Separar a los enfermos de los demás: por motivo de que las enfermedades pueden propagarse fácilmente a otras personas, es importante separar a los niños que están enfermos de los demás. Esto incluye quedarse en casa y evitar el contacto con otros niños durante el período contagioso de la enfermedad.



Amamantamiento: cuando sea posible, amamantar a los bebés exclusivamente durante los primeros seis meses de vida, ya que es una excelente manera de proteger a los bebés y niños pequeños contra enfermedades peligrosas. La leche materna contiene anticuerpos y nutrientes que fortalecen al sistema inmunitario del niño y protegen al bebé de muchas enfermedades, especialmente diarreicas.



Cuidado de la herida: el cuidado adecuado de la herida cuando los niños se cortan y se arañan es una práctica importante para prevenir a las infecciones locales que también pueden diseminarse a otras partes del cuerpo. Cualquier cosa que le rompe a la piel es una herida porque cuando la piel se rompe existe el riesgo de que los gérmenes ingresen al cuerpo y causen una infección. Primero, detenga el sangrado aplicando presión directa con una gasa o tela limpia sobre el sitio de la herida durante 5-10 minutos. Una vez que el sangrado se detenga, lave suavemente la herida con agua y jabón durante 5 minutos o empape la herida con agua tibia. Después de la limpieza, aplique una pequeña cantidad de ungüento antibacteriano para mantener húmeda la herida y cúbrala con una gasa o venda seca hasta que cicatrice.

- Cuando saber que es necesario ver a un profesional médico: los cortes que van más profundo que la piel y los cortes enormes, los cuales pueden requerir puntos de sutura. Es importante confiar en su sentido común para saber cuando un niño requiere atención médica por una herida grave.

1. Detenga el sangrado



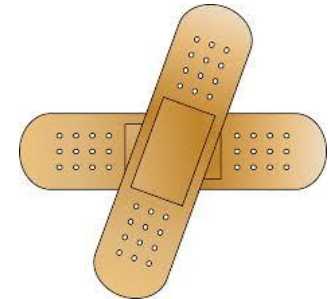
3. Aplica pomada



2. Lave la herida



4. Cubra la herida



Fomentar las prácticas de prevención de infecciones entre los niños: como cuidadores, es importante ayudar a los niños a aprender sobre las prácticas de prevención de infecciones al hablar de ellos con regularidad, modelarlos, y alentarlos. Esto incluye especialmente el lavado de manos. Es importante reforzar regularmente las prácticas de prevención de infecciones con los niños, para que puedan crear hábitos saludables que les ayudarán a mantenerse saludables a lo largo de

Recursos

United Nations Children's Fund. (2010). Facts for Life (4th ed.). New York, NY: UNICEF.