

Puntos de Conversación sobre COVID-19 para Personal Pediátrico del Johns Hopkins Children's Center*

- En general, el coronavirus (COVID-19) ha sido una enfermedad mayormente leve en niños que se puede manejar en casa.
- En este momento, se debe recomendar a cualquier persona sana que practique **el autoaislamiento en casa**, incluso a un hijo/a que tiene fiebre, tos, dolor de garganta o problemas respiratorios leves.
- **El autoaislamiento en casa** incluye quedarse en casa y concentrarse en la higiene y el distanciamiento social. A continuación, se exponen direcciones específicas para las familias:
 1. Pidan a sus amigos o a los miembros de su familia que les traigan productos necesarios a su puerta principal.
 2. Si tienen que salir de la casa, todos los miembros de la familia que están enfermos deberían llevar puesta una mascarilla.
 3. Intenten mantenerse alejados de otra gente a una distancia de 6 pies o más. A esto se le llama “distanciamiento social”.
 4. Puede ser difícil para los padres con hijos pequeños mantenerse alejados de ellos, pero deberían hacer esto con las otras personas que viven en la casa (p. ej. los abuelos, hermanos).
 5. En particular, mantengan a su hijo/a alejado de los miembros de la familia que tienen 65 años o más o que tienen una condición médica grave.
 6. Eviten las fiestas de cumpleaños y que los niños jueguen juntos – aunque sean grupos pequeños de gente.
 7. Hagan que todos los miembros de su familia que tienen tos o fiebre duerman en habitaciones separadas y que usen baños separados, si es posible.
 8. Eviten compartir artículos como vasos, cubiertos, almohadas y mantas.
 9. Limpie las superficies y juguetes con los productos de limpieza recomendados contra el COVID-19, como desinfectantes para la casa o una solución de lejía/cloro menos fuerte (10%).
 10. Mantengan estos productos en armarios altos, donde sus hijos no puedan acceder, o que están cerrados con algún tipo de cerradura de seguridad para niños.
- El acceso a las pruebas de COVID-19 es muy limitado. Solo se deberían considerar las pruebas si cambiará la gestión del cuidado del paciente. En general, solo están haciendo pruebas a los pacientes pediátricos si fuera probable que requieran hospitalización.

- Los criterios en la **sala de urgencias** para hacer pruebas en los niños son muy estrictos, y dado los recursos limitados, no le harán pruebas a la mayoría de los niños. Les enviarán a casa para que hagan **autoaislamiento**.
- Los Centros para el Control y Prevención de Enfermedades (CDC) recomiendan reducir la probabilidad de exposición en los entornos ambulatorios. Esto incluye indicar a los pacientes que llamen antes de venir para atención médica si desarrollan síntomas respiratorios. ([cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/infection-control/control-recommendations.html](https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/infection-control/control-recommendations.html)).

Puntos de Conversación sobre COVID-19 para Médicos Pediátricos del Johns Hopkins Children's Center*

- La Asociación Americana de Pediatría generalmente recomienda mantener a los niños lejos del sistema de cuidado de salud, promoviendo el uso de telemedicina. También se recomienda colaborar con hospitales y sistemas de salud locales en la respuesta local y preparación para las oleadas de casos. La orientación completa está disponible en: services.aap.org/en/pages/2019-novel-coronavirus-covid-19-infections/.
- Se **desanima** el uso de procedimientos de aerosolización u otros procedimientos que puedan ocasionar una tos – por ejemplo, uso de albuterol, tomando una muestra nasofaríngea, de la garganta o de la boca – a menos de que estos procedimientos puedan ser realizados en salas de presión negativa o en el exterior.
- Limitar el número de personas presentes durante una visita, solo permitir al paciente y su cuidador (ningún otro hijo/a), es otra de las estrategias utilizadas para reducir la posibilidad de exposición en entornos clínicos ambulatorios.
- Una de las funciones claves de los médicos pediátricos es estar pendientes de los padres de familia o cuidadores que estén pasando por momentos de angustia o estrés. Aquellas familias que estén pasando por dificultades emocionales o económicas deben de ser canalizados a los recursos y sistemas de apoyo disponibles (ver Puntos de Conversación para Familias)
 - **Estrés y recuperación de padres y cuidadores**: Los padres y cuidadores son críticos para la salud y bienestar de los niños, y por lo mismo, es importante que hagan lo necesario para cuidarse de sí mismos. Por lo mismo, deben tratar incorporar comidas saludables y balanceadas, descanso adecuado y ejercicio en su rutina diaria.
 - **Manejo de la Ansiedad y el Estrés de la Familia**: Los padres y cuidadores deben de mantenerse informados, sin embargo, es importante que también eviten sentirse abrumados con toda la información y cobertura en las noticias sobre el virus. Es importante que se aseguren de tomar “descansos del coronavirus” evitando usar sus teléfonos y/o ver la televisión. Durante esos periodos es recomendable que realicen alguna actividad familiar como jugar un juego de mesa en el interior de su casa o salir a caminar.

*Para más información por favor, contacte al Equipo de Gestión de Incidencias del Johns Hopkins Children's Center (Teléfono: 410 502 6030, Email: jhcc_incidentcommand@jhmi.edu). Por favor tenga en cuenta que estos puntos de conversación fueron aprobados el 3/23/2020. Estos puntos están sujetos a cambios a medida que nueva información sobre la pandemia COVID-19 continua en evolución.

- Si los padres o cuidadores expresan que ellos o algún ser querido están teniendo dificultades manejando el brote, y residen en la Ciudad de Baltimore, pueden obtener ayuda.
 - Pueden hablar con un consejero capacitado en la Línea de Ayuda de La Administración de Servicios de Salud Mental y Abuso de Substancias al llamar al 800-985-5990 o mandando el siguiente mensaje de texto (SMS): **TalkWithUs** al 66746
 - Línea de Ayuda Directa de Crisis de Maryland: 800-422-0009
 - Comuníquese con su médico general (médico de atención primaria) o su aseguradora (si la misma tiene una línea de consulta) para realizar preguntas relacionadas a su cuidado de salud y solicitar información sobre el apoyo y los servicios de salud mental disponibles para usted.
 - Si usted tiene o es mayor de 18 años de edad, y siente que está en un estado de crisis, puede buscar ayuda comunicándose a la línea de ayuda de la Intervención y Respuesta a Crisis de Baltimore ([Baltimore Crisis Response Intervention](#), BCRI): 410-433-5255
 - Si necesita ayuda para un menor de edad, puede llamar al Sistema de Respuesta de la Ciudad de Baltimore para Niños y Adolescentes ([Baltimore Child and Adolescent Response System](#), BCARS) al 667-600-2880.
- Cuando alguien está muy preocupado sobre COVID-19 e insiste en realizarse la prueba, es importante demostrar empatía. VitalTalk tiene muchos recursos, información y consejos para médicos sobre cómo comunicarse para poder abordar las preocupaciones de los padres y cuidadores y, a la vez, reforzar la importancia de seguir las pautas recomendadas. (vitaltalk.org/guides/covid-19-communication-skills/).

- Por ejemplo:

<i>Lo que ellos dicen</i>	<i>Lo que usted debe decir</i>
¿Por qué no le están realizando la prueba a todos?	No hay suficientes pruebas para realizárselas a todos. <i>Ojalá y la situación fuera diferente.</i>
¿Cómo es que al jugador de basquetbol si le hicieron la prueba?	Desconozco los detalles, pero lo que sí le puedo decir es que eso fue en otro momento. <i>La situación está cambiando rápida y constantemente y lo que se hacía hace una semana no es lo mismo que se está haciendo ahora</i>

*Para más información por favor, contacte al Equipo de Gestión de Incidencias del Johns Hopkins Children's Center (Teléfono: 410 502 6030, Email: jhcc_incidentcommand@jhmi.edu). Por favor tenga en cuenta que estos puntos de conversación fueron aprobados el 3/23/2020. Estos puntos están sujetos a cambios a medida que nueva información sobre la pandemia COVID-19 continua en evolución.

Puntos de Conversación sobre COVID-19 para las Familias del Johns Hopkins Children's Center *

- En general, la enfermedad de COVID19 entre los niños es más moderada que entre los adultos. Para mantenerles a usted y su familia seguros, practique la distancia social y enseñe a sus hijos a lavarse las manos frecuentemente.
- A menos que crea que su hijo/a tiene necesidad urgente de atención médica, **llame al pediatra de su hijo/a antes de ir a una clínica para que lo evalúen**. Los pediatras en todo el estado están intentando minimizar la transmisión del COVID-19, y el lugar más seguro para su hijo/a es estar en su casa.
- Si su hijo/a tiene fiebre o síntomas respiratorios leves que pueden manejar en casa, por favor quédese en casa y aisle a su hijo/a de otros miembros de la familia tanto como sea posible. Asuma que su hijo/a es contagioso, y limite el contacto mientras duren los síntomas tanto como sea posible por al menos siete días desde el inicio de los síntomas y hasta 72 horas después que la fiebre y los síntomas se hayan ido.
- Evitar la sala de emergencias minimiza el riesgo de infección para usted, su hijo/a y personas vulnerables, incluyendo familiares mayores, aquellos que están inmunocomprometidos y los miembros del personal sanitario. La sala de emergencia NO es un lugar para hacerse pruebas del coronavirus para la mayoría de los niños.
- Si su hijo/a se ha expuesto a alguien que tiene o sospecha que tiene COVID-19, manténgalo en casa por 14 días y observe los síntomas. **Si desarrolla síntomas, llame a su pediatra**. Ellos pueden asesorarle a entender cómo apoyar la recuperación de su hijo/a y determinar si la prueba es apropiada. En general, debido al limitado número de paquetes de pruebas, la gran mayoría de los niños no cumplen el criterio de pruebas y deberían aislarse en casa si tienen síntomas.
- Debemos continuar manteniendo a nuestros niños seguros de otras condiciones y circunstancias que pueden poner en riesgo su salud y bienestar.
- Los pediatras continuarán priorizando las vacunas para los bebés que permanezcan en riesgo de enfermedades severas por otros tipos de infecciones. Y estamos aquí para hablar con padres y familias sobre otras necesidades que tengan, incluyendo información sobre cómo acceder a alimentos y cómo manejar el estrés que viene de la incertidumbre y cambios drásticos en la rutina diaria que están sucediendo como respuesta a la pandemia.
- Si su hijo/a tiene una condición médica o está inmunocomprometido, recomendamos precauciones similares a lo que recomendamos para otros niños y adultos. Permanezca en casa y practique distancia social – está bien ir a caminar afuera mientras mantenga 6 pies de distancia entre ustedes y otras personas que no son parte de su hogar, pero no salga a los parques infantiles o lugares concurridos.

*Para más información por favor, contacte al Equipo de Gestión de Incidencias del Johns Hopkins Children's Center (Teléfono: 410 502 6030, Email: jhcc_incidentcommand@jhmi.edu). Por favor tenga en cuenta que estos puntos de conversación fueron aprobados el 3/23/2020. Estos puntos están sujetos a cambios a medida que nueva información sobre la pandemia COVID-19 continua en evolución.