

Coronavirus: ¿cómo aislamos a nuestros niños?

Estamos en época de pandemia por [COVID-19](#). Muchos niños tienen síntomas sospechosos. Pueden haber estado en contacto con adultos enfermos confirmados o sospechosos. Algunos niños han ido al hospital y le han [confirmado que tiene el virus](#). Las familias se preguntan cómo prevenir el contagio a otros miembros de la familia. Vamos a solucionar las dudas sobre las medidas de aislamiento y limpieza.

¿Qué vamos a tener en cuenta respecto al aislamiento de los niños?

En los niños los síntomas a menudo son leves; por lo que puede ser difícil sospechar la enfermedad.

Los niños pequeños no entienden el concepto de [infección y contagio](#), por lo que son difíciles de controlar y aislar. No paran quietos y se mueven mucho.

Los niños comparten juguetes, lo tocan todo, a veces babean, si son muy pequeños lo chupan todo. No suelen tener iniciativa para [lavarse las manos](#) con frecuencia y otras medidas de higiene.

Por eso es muy importante la figura del cuidador. Los padres u otros cuidadores son los que se ocupan de que los niños no se contagien o de que no contagien a otros.

¿Cómo se contagia este virus?

Se propaga por vía respiratoria, mediante las gotas emitidas al hablar, toser o estornudar sobre las mucosas de la nariz, de la boca o de los ojos de una persona que sea susceptible.

Es más raro que se contagie por el contacto directo con superficies que están contaminadas por esas gotas.

El virus también está en las heces y otros fluidos. Pero el riesgo de contagio por esta vía todavía no se conoce bien.

¿Qué niños van a necesitar aislamiento?

Los niños van a hacer el aislamiento en su domicilio, siempre que sea posible y su entorno familiar se haga responsable de los cuidados que va a necesitar:

- Niños con pruebas de detección de infección activa (PDIA) positiva. Tanto si tienen síntomas como si no tienen síntomas.
- Niños que son contactos estrechos no vacunados. Han tenido contacto estrecho con un caso confirmado desde 2 días antes hasta el momento en que el caso haya sido aislado.
- Los niños vacunados con pauta completa estarán exentos de cuarentena, aunque toda interacción social será

siempre con medidas de máxima precaución y mascarilla adecuada

- Niños con síntomas sospechosos de caso COVID-19 hasta que se pueda hacer la prueba PDIA y se tenga el resultado.
- Niños que han estado ingresados por COVID-19 y que se les da el alta, los días que te indiquen en el hospital.

En caso de que tu niño sea positivo y sea confinado, un profesional de tu centro de salud te hará el [seguimiento](#) en función de la sintomatología que presente tu niño.

¿Qué es un contacto estrecho?

- Cualquier niño o adulto que haya estado en el mismo lugar que un caso confirmado y a una distancia menor de 2 metros y durante más de 15 minutos.
- Cualquier persona que haya estado cuidando de un caso confirmado: familiares, personas con contacto físico directo, personal sanitario y sociosanitario que no haya utilizado las medidas de protección adecuadas.
- En los centros educativos se seguirá [la Guía del Ministerio](#).
- En un tren, avión u otro medio de transporte de largo recorrido es la persona situada en un radio de dos asientos alrededor del caso confirmado.

Si el caso confirmado tiene síntomas se considera el contacto desde 2 días antes de inicio de los síntomas. Si el caso confirmado no tiene síntomas se considera el contacto desde 2 días antes de la fecha en que la PCR es positiva.

¿Qué debo hacer si mi hijo tiene síntomas sospechosos de COVID-19 o es un contacto estrecho con otro niño o adulto con PDIA positiva a COVID-19?

- Se recomienda contactar con el Centro de Salud en caso de contacto estrecho con PDIA positivo o en caso de síntomas sospechosos. En ambos casos, se realizará una PDIA cuando el médico se lo indique. Mientras se espera el resultado de la prueba, el niño realizará cuarentena en su domicilio.
- Si la PDIA es positiva pasará a ser caso confirmado y tendrá que hacer aislamiento en la medida de lo posible y según su edad. Empezarán a identificarse sus contactos estrechos para que se realice PDIA lo antes posible.
- Si tiene síntomas sospechosos de coronavirus, la PDIA es negativa y no es contacto estrecho se suspende el aislamiento.
- Si la PDIA es negativa, pero ha sido contacto estrecho de caso positivo, debe hacer cuarentena durante 7 días desde la última fecha del contacto con el caso confirmado. Sus contactos no se tienen que estudiar. Esto es importante porque durante el periodo de incubación del virus su hijo se puede convertir en positivo en cualquier momento tanto si tiene síntomas como si no. Podría ser contagioso.
- Si durante la cuarentena aparecen síntomas debe de ponerse en contacto con su Centro de Salud. A lo mejor le repiten la PDIA.

"Los protocolos sanitarios se reevalúan y actualizan constantemente por lo que pueden ir apareciendo cambios en estas pautas de aislamiento"

¿Cómo se hace [la cuarentena](#)?

Debe estar en su casa, lo mejor en una habitación individual. Debe de salir de su habitación lo menos posible y

siempre con mascarilla quirúrgica. Los contactos con los otros convivientes sean muy escasos. No se puede salir de casa a no ser que sea por algo imprescindible.

¿Cómo se hace el aislamiento en el domicilio?

Las [normas y medidas del aislamiento](#) se podrán en ocasiones dar por escrito. No se recomienda que en domicilio vivan personas que pertenecen a los grupos de riesgo: mayores de 60 años, ciertas enfermedades crónicas como hipertensión arterial, [diabetes](#), enfermedades cardiovasculares, enfermedades pulmonares crónicas, [cáncer](#), [inmunodeprimidos](#) e incluso embarazadas. Si la madre está [embarazada](#) y no se puede cambiar de domicilio hay que extremar las medidas de precaución.

Las medidas de aislamiento son:

- Se el niño es mayor, se le indicará que durante la cuarentena permanezca en su domicilio, preferentemente en una habitación individual, y que restrinja al mínimo las salidas de la habitación, que siempre se realizarán con mascarilla quirúrgica. También se le pedirá que restrinja al máximo posible el contacto con convivientes. Si esto no es posible, la distancia con el resto de los convivientes será siempre de al menos 2 metros.
- Si el niño es pequeño estará con el familiar responsable que se considere más oportuno, a ser posible vacunado y de menor riesgo. El familiar estará con mascarilla y se evitarán, en la medida de lo posible, interacciones con el resto de la familia, siendo estas con mascarilla.
- El niño y su cuidador deben permanecer en una habitación de uso individual. Es decir, una habitación que solo usen el niño y su cuidador y lo más alejada posible del resto de los convivientes. Si esto no es posible, la distancia con el resto de los convivientes será siempre de al menos 2 metros.
- La puerta de la habitación siempre debe estar cerrada.
- Si el niño o su cuidador tienen que hacer uso de las zonas comunes deben de llevar [mascarilla quirúrgica](#) y tienen que [lavarse las manos](#) al salir de la habitación y antes de entrar en ella. Se aconseja que el niño aislado y su cuidador circulen lo menos posible por la casa.
- Si es un lactante debe estar en su cuna o en el parque. Cuando se le coja en brazos el cuidador debe de usar una mascarilla.
- La habitación tiene que poder ser ventilada de una manera fácil, con una ventana directa a la calle. No es bueno que haya corrientes forzadas de sistemas de calor o refrigeración. Las zonas comunes de la casa también deben ser ventiladas.
- El niño aislado en la medida de lo posible, utilizará un baño de uso exclusivo, si es posible. Si no es posible el baño se limpiará con lejía doméstica tras cada uso que se haga de él.
- La comunicación del cuidador con el resto de los convivientes será por teléfono móvil. Si es posible, se usará un intercomunicador si el cuidador precisa salir de la habitación del niño por un breve espacio de tiempo.
- La habitación debe de tener un cubo de basura con tapa de pedal. El cubo debe de tener bolsa que permita el cierre hermético de cualquier desecho.
- Se recomienda uso individual de utensilios de aseo y de comida: jabón de manos, cepillo de dientes, toallas, cubiertos, vasos, tazas y platos. La ropa del niño debe ser de uso exclusivo y se debe de cambiar con frecuencia. La ropa de cama y las toallas también deben ser de uso exclusivo del niño y también se debe de cambiar con frecuencia.
- Esta ilustración de la **Organización Colegial de Enfermería** os resume los consejos previos:

MEDIDAS DE AISLAMIENTO DOMICILIARIO (COVID-19)



¿Qué tendrá que hacer el niño aislado?

Siempre debe de hacer las medidas de higiene respiratoria: cubrirse la boca y la nariz al toser o estornudar [con el codo flexionado](#) y usar pañuelos desechables que se tirarán tras su uso al cubo de basura de la habitación.

Hará lavado frecuente de manos con agua y jabón, sobre todo antes de comer y si tiene que salir de la habitación. También podrá usar soluciones hidroalcohólicas.

No pueden recibir ningún tipo de visitas.

¿Qué tiene que hacer el cuidador?

El cuidador usará guantes de un solo uso cuando tenga contacto con la mucosidad, vómitos, heces o cambio de pañal del niño. Cuando se quite y tire los guantes se debe lavar las manos con agua y jabón o con solución hidroalcohólica. El cuidador deberá tener bien puesta la mascarilla.

Si el cuidador cree que empieza [a tener síntomas](#) debe ponerse en contacto con los servicios sanitarios.

Cuando acabe el aislamiento del niño esta persona se considerará [contacto estrecho](#) y sólo deberá guardar cuarentena domiciliaria durante 7 días tras terminar el aislamiento del niño en el caso de no estar vacunado. Si está vacunado extremará las medidas de precaución como el resto de los contactos estrechos.

Si es un lactante hay que tener en cuenta que el virus se elimina por las heces. Por eso es muy importante el

lavado de manos después de cada cambio de pañal. También hay que tener en cuenta las características de los niños a esta edad y tener cuidado con las secreciones oculares, nasales, saliva, babeo... Siempre hay que hacer lavado de manos tras el contacto.

¿Cómo será la [limpieza de la zona de aislamiento](#)?

- El virus se elimina usando una solución de lejía casera: diluir medio vaso de lejía sin detergente en un cubo de 4 litros de agua. Una vez terminado el aislamiento, los paños que se utilicen en la limpieza se deben desechar.
- Limpiar y desinfectar todos los días las superficies que se tocan con frecuencia: mesitas de noche, muebles del dormitorio, teclados, ordenadores, teléfonos, picaportes, superficies del baño, grifos, inodoro...
- Ventilar la habitación todos los días durante 5 minutos. Tener cuidado en no crear corrientes con el resto de la casa.
- La persona que realiza la limpieza usará guantes y mascarilla de un solo uso si es posible.
- Esta limpieza es muy importante en la habitación y el baño que se usa para el aislamiento, pero también es recomendable en toda la casa. La habitación que se use para el aislamiento debe de tener pocos juguetes y otros objetos o adornos para facilitar la limpieza.
- Se limpiará el baño con lejía después de su uso. También se limpia con lejía cualquier superficie que entre en contacto con heces, vómitos, orina...
- Los vasos, platos y cubiertos se lavarán en lavavajillas a 60°C o con jabón y agua muy calientes.
- La ropa del niño y su ropa de cama se recogerán con guantes desechables y se meterán en la lavadora a temperatura alta.
- Los residuos que se generen en la habitación del niño se echarán en una bolsa dentro de la habitación que luego echará cerrada al resto de la basura.

¿Qué más hay que tener en cuenta?

Los niños siempre deben estar vigilados de cerca. A ciertas edades son más frecuentes [los accidentes](#). No se dan cuenta de los peligros, sobre todo cuando están mucho tiempo encerrados en el mismo lugar.

Cuidado con no dejar a su alcance la lejía o la [solución hidroalcohólica](#). No dejar a su alcance las medicinas.

Desechar los guantes en la bolsa de basura bien cerrada para que no los pueda coger. [Los juguetes serán seguros](#) y no tener piezas que se puedan desprender y tener el riesgo de atragantarse.

¿Cómo debe ser el aislamiento de un bebé cuya madre pudiera estar infectada por el coronavirus?

Si la madre de un bebé recién nacido tiene sospecha de COVID-19 o es un caso confirmado, ella seguirá las recomendaciones de [aislamiento de cualquier adulto](#).

La madre puede permanecer desde el principio junto a su hijo e incluso hacer el contacto piel con piel. Si el estado de salud de la madre lo permite. Esto lo recomienda la [OMS](#) y los [CDC](#). En los estudios realizados no se ha encontrado el virus ni en el líquido amniótico ni en la leche materna. Por tanto, se piensa que la madre no puede transmitir el virus a su hijo ni durante [el embarazo](#) ni a través de [la leche materna](#).

No es frecuente que la madre transmita el virus durante el embarazo ni a través de la lactancia materna. Pero esto

se sigue estudiando. La mayoría de los bebés que han dado positivo al nacer no han tenido síntomas o han sido muy leves y se han recuperado bien.

La madre puede dar el pecho y atender a su hijo de forma directa desde el principio. Si este es su deseo, hay que tener en cuenta su estado de salud y el criterio de los profesionales sanitarios. La precaución es que la madre debe de usar mascarillas y guantes, así como el resto de las medidas generales de higiene y lavado de manos antes y después de cada contacto con el niño. En el caso de que la madre no esté en condiciones de ofrecer lactancia de forma directa pero desea estar con su hijo, se podrá sacar la leche para dársela al niño. Lo hará siempre con medidas muy estrictas de higiene del sacaleches y del biberón. Hay casos en los que el estado de salud de la madre no lo permite, pero puede optar por sacarse la leche y otra persona se la da.

¿Cuándo termina el aislamiento de mi hijo?

- El aislamiento será mínimo durante 7 días desde el diagnóstico y que lleve al menos 3 días sin síntomas.
- Si es un contacto estrecho el aislamiento será durante 7 días a contar desde la fecha de contacto con el caso confirmado. A esto se le llama cuarentena.

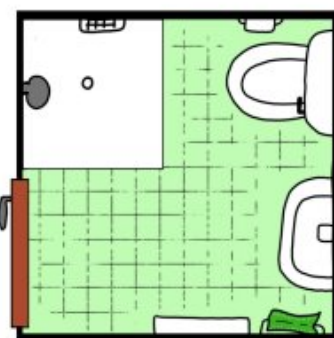
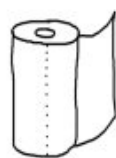
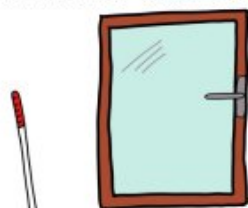
Siempre se aconseja [hablar con tu pediatra](#) , ante cualquier duda, para decidir el momento oportuno para finalizar el aislamiento.

También hay que tener en cuenta las normas dictadas por las autoridades sanitarias. **Estas están en continua revisión y pueden modificarse de forma periódica.**

Puede interesaros esta [hoja informativa sobre la duracion del aislamiento domiciliario](#)

Esta infografía realizada por Mónica Lalanda, médica y viñetista os puede ser de utilidad (*fuentes:* <https://monicalalanda.com/2020/09/05/como-hacer-aislamiento-intradomiciliario/>)

- 1 La habitación debe ser SÓLO para la persona aislada. Usar la ventana para ventilar al menos dos veces al día.



- 2 Si es posible, usar una habitación con BAÑO. Si no, que tenga el baño cerca.



- 4 El baño SIEMPRE debe limpiarse tras cada uso, utilizando agua con lejía. Mejor usar bayetas desechables, si no habrá que desinfectarlas con lejía.



- 5 La puerta de la habitación debe estar CERRADA en todo momento. (abrir solo para coger comida y dejar basura)

La comunicación se puede hacer en voz alta, usar teléfonos móviles, etc.



- 9 La ROPA SUCIA y las toallas deben ir guardándose en una bolsa de basura y mantenerla bien cerrada.



Lavar a 60° en lavadora.



- 8 Todos los pañuelos desechables y los usados para limpiar deben tirarse en PAPELERA DE PEDAL. Al desechar la bolsa, deberá estar bien cerrada.



- 10 Usar VAJILLA desechable. Si no es posible, lavar en lavavajillas.



- 3 Si sólo hay un baño en la vivienda, la persona en aislamiento debe tener en su habitación los productos de ASEO personal y toallas. Entrar y salir con ellos.



- 6 El paciente necesita pañuelos de papel, bolsas de basura con tiras de autocierre y su propio teléfono, sin compartir cargador.



- 7 La mesilla, el cabecero de la cama y otras superficies que pueda tocar el paciente se deben LIMPIAR cada día con una disolución de lejía en agua (10 tapones de agua y 1 de lejía).



Renovar la mezcla cada día.

CORONAVIRUS.
CONSEJOS PARA EL PACIENTE
AISLADO EN SU DOMICILIO:

LA HABITACIÓN



la publicación. El avance en los conocimientos y técnicas diagnósticas y la reevaluación y actualización periódica y frecuente de los protocolos sanitarios puede modificar estos datos de un día para otro. Aunque los artículos se revisan a la mayor brevedad posible, es conveniente estar al corriente de los protocolos oficiales del Ministerio o de sus Comunidades Autónomas.

Fecha de publicación: 4-05-2020

Última fecha de actualización: 03-02-2022

Autor/es:

- [Olga Ramírez Balza](#). Pediatra. Centro de Salud Collado Villalba "Estación". Collado Villalba (Madrid)
- [Grupo de Patología Infecciosa](#). AEPap.

