

Hoja Informativa para Padres de Familia sobre COVID-19

Querido padre o tutor,

Está recibiendo esta hoja informativa porque:

- Usted o su hijo pudieron haber estado expuestos al nuevo coronavirus (COVID-19). Si su hijo tiene síntomas de fiebre, tos o dificultad para respirar, comuníquese con su proveedor médico. Notifique a su proveedor de cuidado infantil o preescolar inmediatamente después de que se haya hecho el diagnóstico.**
 - Sólo con fines informativos.**
-

¿Qué es el novel coronavirus(COVID-19)?

El nuevo coronavirus (COVID-19) es una nueva cepa de virus que se propaga de persona a persona. Actualmente se encuentra presente en los Estados Unidos y muchos otros países. La mayoría de las enfermedades por coronavirus son leves con fiebre y tos. La gran mayoría de las personas con COVID-19 no requieren ser hospitalizadas. Los expertos en salud están preocupados porque este nuevo virus tiene el potencial de causar enfermedades graves y neumonía en algunas personas, especialmente en personas mayores de 60 años, personas con condiciones médicas preexistentes o sistemas inmunes debilitados y personas embarazadas.

¿Cuáles son los síntomas comunes del COVID-19?

Los adultos y los niños diagnosticados con COVID-19 han notificado síntomas que pueden aparecer en tan solo 2 días o hasta 14 días después de la exposición al virus:

- Fiebre*
- Tos seca
- Dificultad para respirar.

Los niños con COVID-19 generalmente tienen síntomas leves que pueden parecer un resfriado, como goteo nasal o dolor de garganta. Todavía no sabemos si algunos niños pueden tener mayor riesgo de enfermedades graves, como los niños con condiciones médicas preexistentes y necesidades de atención médica especiales.

¿Cómo se propaga el COVID-19?

Los expertos en salud aún están aprendiendo más sobre cómo se propaga el virus. Actualmente, los expertos creen que el virus se transmite a través de las gotas respiratorias que se producen cuando las personas con el virus tosen, estornudan o hablan. Las gotas pueden caer en la boca o la nariz de las personas que están cerca o se pueden respirar hacia los pulmones de las personas que están en contacto cercano entre sí (dentro de unos 6 pies). El virus también puede propagarse cuando una persona toca una superficie que tiene el nuevo coronavirus y luego se toca la boca, ojos o nariz. Se cree que las personas son contagiosas cuando muestran síntomas.

¿Quién está en riesgo de enfermarse gravemente por COVID-19?

Los niños no son actualmente un grupo de alto riesgo para enfermedades graves causadas por este virus. Algunos niños tienen condiciones médicas preexistentes, como sistemas inmunes débiles, que los ponen en mayor riesgo. Las personas que se consideran con mayor riesgo son las personas de 60 años o más, las personas con condiciones médicas preexistentes o sistemas inmunes débiles y las personas embarazadas.

¿Cómo puedo proteger a mi familia y a mí de COVID-19?

Las mejores formas de protegerse y proteger a su familia son:

- Lávese las manos con frecuencia con agua y jabón durante al menos 20 segundos. Si no tiene agua y jabón disponible, use desinfectante para manos (60% de alcohol o más). No use desinfectante en niños menores de dos años.
- Evite tocarse los ojos, la nariz o la boca con las manos sin lavar.
- Evite el contacto con personas enfermas.
- Quédese en casa mientras esté enfermo y evite el contacto cercano con otras personas.
- Cubra su boca/nariz con un pañuelo desechable o manga cuando tosa o estornude.
- Limpie las superficies y objetos que se tocan con frecuencia (como perillas de las puertas e interruptores de luz). Los productos regulares de limpieza del hogar son eficaces.
- Siga las recomendaciones de Salud Pública para frenar la propagación de COVID-19, incluyendo trabajar desde casa siempre que sea posible, evitar grandes reuniones y practicar el distanciamiento social tratando de mantenerse a 6 pies o al menos a un brazo de distancia de los demás cuando sea posible.

Si usted o su familia viajan al extranjero, verifique las últimas Alertas de viaje de los CDC para COVID en <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/travelers/>.

Actualmente, no hay vacunas disponibles para prevenir las infecciones por COVID-19

¿Cómo se trata COVID-19?

No hay medicamentos específicamente aprobados para COVID-19. La mayoría de las personas con una enfermedad leve de COVID-19 se recuperarán por sí solas al beber muchos líquidos, descansar y tomar medicamentos para reducir el dolor y la fiebre. Sin embargo, algunos casos desarrollan neumonía y requieren atención médica u hospitalización.

¿Qué debo hacer si alguien de mi familia ha sido confirmado o se sospecha tenga COVID-19 o me preocupa que alguien de mi familia pueda tener COVID-19?

- Cualquier persona que esté enferma debe quedarse en casa.
- Si alguien en su familia tiene síntomas de COVID-19 (tos, fiebre, dificultad para respirar), llame a su proveedor de atención médica.
- Si alguien en su hogar da positivo por COVID-19, informe a su proveedor de cuidado infantil. Cualquier persona confirmada con COVID-19 debe permanecer en casa y lejos de los demás hasta 72 horas después de que cese la fiebre (sin medicamentos para reducir la fiebre) y los síntomas mejoren Y 10 días después del inicio de los síntomas.
- Las personas que interactuaron estrechamente con alguien que dio positivo para COVID-19 deben quedarse en casa durante 14 días, monitorear su salud y llamar a su proveedor de atención médica si presentan síntomas. Las interacciones cercanas significan estar a menos de 6 pies de alguien durante unos 10 minutos, o si alguien con COVID-19 tosió sobre usted, lo besó, compartió utensilios con usted o tuvo contacto directo con sus secreciones corporales.

Para obtener más información sobre qué hacer si ha sido confirmado o sospecha tenga COVID-19 o si le preocupa que pueda tener COVID-19, visite: kingcounty.gov/depts/health/news/2020/March/5-suspected-covid.aspx

* Los CDC definen la fiebre como una temperatura de 100.4°F (38.0°C) o superior.

Este documento fue publicado el 20 de marzo de 2020. Ha sido impreso desde el sitio web del Programa de Salud para el Cuidado Infantil de Seattle y el Condado de King para uso en su guardería o escuela. Es sólo para información y no tiene como finalidad ser un sustituto de una consulta médica con su proveedor de salud. Este documento se puede actualizar a medida que aprendemos más sobre este nuevo virus. Por favor, vuelva a consultar con frecuencia para ver las versiones actualizadas.