

¿Qué es el COVID-19?

Los coronavirus pueden causar diferentes enfermedades, incluyendo el resfrío común. El COVID-19 es un nuevo tipo de coronavirus que recién fue descubierto en diciembre del 2019. Su nombre viene del inglés, "COrona-Virus Disease 2019." En vista de que es tan nuevo, apenas estamos aprendiendo al respecto.

¿CUÁLES SON LOS SÍNTOMAS DEL COVID-19?

La mayoría de las personas con el COVID-19 experimentan los siguientes síntomas:

1. Fiebre
2. Tos
3. Falta de aire
4. Cansancio

Existen otros síntomas menos comunes, como la diarrea.

La mayoría de la gente que contrae el COVID-19 tiene síntomas de leve a moderados, que podrían ser similares a los de un resfrío común o gripe. Alrededor del 80% de la gente puede recuperarse en sus casas sin ningún tratamiento especial.

De hecho, usted podría tener el COVID-19 sin presentar ninguno de estos síntomas. Este grupo es complicado, porque podría propagar el virus sin siquiera saber que lo tiene. Sin embargo, esto es poco común y no constituye la forma principal de propagación.

Existe también un grupo de personas que pueden enfermarse seriamente con el COVID-19. Cerca del 20% de la gente que contrae la enfermedad más severa requiere de hospitalización y podría necesitar atención en una unidad de cuidados intensivos. Lamentablemente, el COVID-19 puede ser mortal.

Los síntomas de la enfermedad severa pueden incluir:

1. Dificultad para respirar
2. Dolor torácico o presión en el pecho
3. Confusión
4. Debilidad
5. Labios o cara de color azulado

¿CÓMO SE PROPAGA EL COVID-19?

Hay varias formas en que se puede propagar el COVID-19:

1. El COVID-19 puede pasarse de persona a persona. Esto sucede entre personas que están en estrecho contacto entre sí (dentro de 2 metros de distancia). El virus puede transmitirse por las gotitas de saliva provenientes de la tos o estornudos. Por eso las personas son más contagiosas cuando tienen estos síntomas. Las personas que tienen el virus también lo pueden propagar antes de desarrollar síntomas.
2. También es posible contraer el COVID-19 tocando una superficie u objeto contaminado y luego tocarse su propia boca, nariz u ojos.

¿QUÉ ES UNA PANDEMIA?

Una pandemia es cuando una nueva enfermedad se propaga a nivel mundial. Esto significa que la infección se está propagando en diferentes continentes al mismo tiempo. La Organización Mundial de la Salud clasificó al COVID-19 como pandemia el 11 de marzo del 2020.

PRECAUCIONES ESPECIALES PARA NIÑOS CON ENFERMEDADES DE LA PIEL

No conocemos de ninguna enfermedad de la piel que pueda poner a los niños en un mayor riesgo de contraer el COVID-19, ni a un mayor riesgo de la enfermedad en su forma más severa. Lo que sí sabemos es que algunos niños y adolescentes pueden estar tomando medicamentos sistémicos para su enfermedad de la piel. Algunos de estos medicamentos sistémicos pueden suprimir o debilitar su sistema inmunológico.

Si su niño está tomando terapia inmunosupresora y/o biológica, podría estar en mayor riesgo de infección por el COVID-19. También podría estar en mayor riesgo de tener la forma más severa de la enfermedad. En este momento, no conocemos los riesgos ni beneficios de discontinuar estos tratamientos. El riesgo que la enfermedad cutánea se empeore si se suspende el medicamento deberá ser sopesado contra la probabilidad de una infección por el COVID-19 y de sufrir la enfermedad más severa si fuese infectado.

Se insta a los pacientes que toman estos medicamentos que se pongan en contacto con su dermatólogo pediátrico o el profesional de salud que los recetó para discutir los riesgos y establecer un plan personalizado. Quizás desee discutir también qué hacer en caso de una exposición o infección activa por el COVID-19.

¿ESTÁN LOS NIÑOS EN MAYOR RIESGO DE DESARROLLAR EL COVID-19 SEVERO?

Los niños saludables parecen estar en menor riesgo de desarrollar el COVID-19 severo. Sin embargo, hay algunos niños que podrían estar en mayor riesgo. Por ejemplo, los niños con problemas médicos como cardiopatías, enfermedades pulmonares (incluyendo el asma), cáncer, diabetes, o inmunodepresión podrían estar en mayor riesgo de la enfermedad severa. Hay niños que tienen sistemas inmunitarios debilitados por tener deficiencias inmunológicas, tratamientos contra el cáncer, trasplantes de médula u órganos, VIH/SIDA, o medicamentos inmunosupresores.

¿CÓMO PUEDO PREVENIR UNA INFECCIÓN POR EL COVID-19?

Hasta la fecha no existe ninguna vacuna para el COVID-19. La mejor manera de prevenir el COVID-19 es evitar la exposición al virus. Esto incluye:

- 1. Lavado de manos:** Mantener las manos limpias es clave para prevenir la infección. Lavarse las manos a menudo con agua y jabón por al menos 20 segundos ayudará a mantener las manos limpias. A los niños les podría ayudar cantar una canción mientras se lavan las manos. Momentos cruciales para el lavado de manos: después de estar en un lugar público, antes de comer, antes y después de tocarse la cara, después de toser, estornudar o sonarse la nariz.
- 2. Desinfectante para manos:** En vez de agua y jabón, puede usarse un desinfectante para manos con base de alcohol. Debe contener al menos un 60% de alcohol. Las manos deben frotarse entre sí hasta que se seque el alcohol.
- 3. Evite tocar su cara:** Si usted evita tocar sus ojos, nariz y boca, el virus no encontrará la manera de entrar en su cuerpo.
- 4. Distanciamiento social:** Esto es importante para reducir la propagación del virus. Significa limitar el número de personas con las que se tiene contacto. Las familias deben permanecer en sus hogares el mayor tiempo posible, salvo por razones esenciales. Esto también quiere decir que no habrá citas para jugar con otros niños ni fiestas, y se evitará ir a parques y parques infantiles.
- 5. Quéedese en casa si está enfermo:** Cualquiera que esté enfermo deberá quedarse en casa y mantenerse alejado de otros en el hogar. Necesitará hacer esto durante 14 días.
- 6. Use una mascarilla** cuando esté afuera o cuando salga por motivos esenciales, especialmente si usted está enfermo o si vive en un área con muchas personas infectadas con el COVID-19.
- 7. Cúbrase cuando tosa o estornude:** Puede usar pañuelos desechables o toser/estornudar en su antebrazo.
- 8. Los niños deben permanecer alejados de aquéllos que están enfermos.**
- 9. Limpiar y desinfectar:** Todas las superficies que se tocan frecuentemente deberán ser limpiadas y desinfectadas diariamente. Por ejemplo, teléfonos, tabletas, perillas de puertas, mesas, inodoros, lavamanos, controles remotos, etc. Puede usar cloro diluido, alcohol u otros desinfectantes para el hogar.

SUGERENCIAS PARA EVITAR IRRITACIÓN POR EL LAVADO FRECUENTE DE MANOS:

Si usted tiende a tener piel seca o eczema, el lavado de manos y/o desinfectantes a base de alcohol pueden irritar sus manos. Recuerde ponerse humectante cada vez que se lave o desinfecte las manos. Los humectantes deberán ser más espesos, como cremas o ungüentos, y sin fragancia. Evite las lociones o geles. Si se desarrollara una irritación, trátela con medicamentos tópicos para controlar la irritación.



The Society for Pediatric Dermatology
8365 Keystone Crossing, Suite 107
Indianapolis, IN 46240
(317) 202-0224
www.pedsderm.net

Society for Pediatric Dermatology y Wiley Publishing no se responsabilizan de cualesquier errores ni consecuencias que surjan del uso de la información contenida en este folleto. El folleto fue publicado originalmente en *Pediatric Dermatology*; Vol. 37, No. 3 (2020).

© 2020 The Society for Pediatric Dermatology

Miembro Colaborador de la SPD:
Irene Lara-Corrales, MD

Revisores del Comité:
Esteban Fernandez-Faith, MD
Jillian Rork, MD

Revisoras Expertas:
Sheilagh Maguiness, MD
Kelly Cordoro, MD

Revisores de la traducción
en español:
Esteban Fernandez-Faith, MD
Irene Lara-Corrales, MD