

# La infección por rotavirus en los niños

El rotavirus es un microbio que infecta el intestino delgado. La infección por rotavirus ocurre más frecuentemente en los meses de invierno y primavera (de diciembre a junio). Es muy común, y es la causa principal de diarrea en los niños. También es muy contagiosa y se propaga principalmente por medio de las manos, los juguetes, la comida y el agua. Solo se necesitan unos pocos microbios para transmitir la infección. Los síntomas tardan casi 48 horas en aparecer y la enfermedad puede durar hasta 8 días. La mayoría de las infecciones por rotavirus no son graves y duran sólo unos días. Pero implican un riesgo de deshidratación (pérdida de agua del cuerpo).

## Síntomas comunes de infección por rotavirus

- Fiebre
- Diarrea líquida
- Dolor o cólicos en el vientre
- Náuseas y vómitos

## Tratamiento

La mayoría de los casos de rotavirus se alivian sin necesidad de tratamiento. No hay un medicamento o un antibiótico específico para tratar la infección por rotavirus. El objetivo del tratamiento es hacer que el niño esté cómodo y prevenir la deshidratación. Estos consejos pueden resultar útiles:

- No le dé al niño medicamentos sin receta contra la diarrea. Puede ser peligroso.
- Asegúrese de que su hijo duerma lo suficiente.
- Si el niño es mayor, haga que tome sorbos de agua o chupe trozos de hielo picado para que los derrita en la boca.
- Si su hijo de mayor edad parece estar deshidratado, dele 1 o 2 cucharaditas de una solución rehidratante oral. Hágalo cada 10 minutos hasta que cesen los vómitos y pueda retener una mayor cantidad de líquido. Puede comprar la solución de rehidratación oral en las farmacias o en supermercados. Pregunte al proveedor de atención médica de su hijo qué tipos de soluciones son las mejores para su hijo.
- No le dé al niño bebidas deportivas. No contienen la combinación adecuada de agua, azúcar y sales minerales, y pueden empeorar los síntomas. No le dé jugos diluidos.
- No le dé comida al niño hasta que hayan transcurrido varias horas desde que dejó de vomitar. Cuando su hijo pueda volver a comer, aliméntelo con la dieta habitual, según lo tolere. Restringirle los alimentos o limitar la dieta puede provocar que la diarrea dure más tiempo de lo esperado.
- Si el bebé toma el biberón, puede darle una solución de rehidratación oral durante 4 a 6 horas y después volver a darle fórmula. Tendrá que alimentar al bebé con mayor frecuencia para asegurarse de que reciba la cantidad adecuada de líquidos. También puede darle una solución de rehidratación oral si el bebé orina con menos frecuencia. O si la orina es oscura.

- Si el bebé toma el pecho, tendrá que alimentarlo con mayor frecuencia. También puede darle una solución de rehidratación oral si el bebé orina con menos frecuencia. O si la orina es oscura.
- No le dé ningún tipo de medicamentos, a menos que se los haya recomendado el proveedor de atención médica de su hijo.
- Es posible que algunos niños presenten una intolerancia temporal a los productos lácteos después de una diarrea. Si estos productos parecen empeorar los síntomas de su hijo, es probable que necesite evitarlos por algún tiempo.

## Cómo prevenir la infección por rotavirus



Los siguientes cuidados pueden ayudar a reducir las probabilidades de que usted o su niño contraigan una infección por rotavirus o la transmitan a otros:

- Asegúrese de que su hijo reciba la vacuna contra el rotavirus. Actualmente, hay licencias de uso para dos vacunas contra el rotavirus para los niños pequeños en Estados Unidos. Pregunte al proveedor de atención médica de su hijo qué vacuna es mejor para el niño.
- Lávese las manos a menudo con agua corriente limpia y jabón, especialmente después de ir al baño o cambiar el pañal del niño y antes de preparar la comida, servirla o sentarse a comer.
- Lave la ropa sucia de inmediato.
- Desinfecte las zonas que puedan estar contaminadas lavándolas con un producto que contenga cloro (lejía).

- Utilice pañales que tengan una capa exterior impermeable o use la bombacha de goma.
- Si el niño está enfermo debe quedarse en casa, no lo lleve a la guardería o a la escuela. Hable sobre esto con el proveedor de atención médica de su hijo.
- Evite que el niño tenga contacto con personas enfermas.
- Mantenga limpias las áreas donde prepara la comida.
- Haga que su hijo se lave las manos con frecuencia, especialmente antes de comer.

## Cuándo llamar al proveedor de atención médica

Llame al proveedor de atención médica de su hijo de inmediato ante cualquiera de las siguientes situaciones:

- Su hijo tiene fiebre (consulte "La fiebre y los niños", a continuación)
- Convulsión provocada por la fiebre
- Hace más de 6 horas que tiene vómitos.
- Tiene diarrea sanguinolenta
- Está aletargado
- Tiene dolor abdominal intenso
- No puede retener ni siquiera pequeñas cantidades de líquido
- Manifiesta signos de deshidratación, como orina muy oscura o escasa, llanto con muy pocas o sin lágrimas, mucha sed, boca seca, somnolencia o irritabilidad inusuales, o mareos

## La fiebre y los niños

Use un termómetro digital para tomar la temperatura de su hijo. No use un termómetro de mercurio. Hay termómetros digitales de distintos tipos y para usos diferentes. Por ejemplo:

- **En el recto (rectal).** En los niños de menos de 3 años, la temperatura rectal es la más precisa.
- **En la frente (lóbulo temporal).** Sirve para niños de 3 meses en adelante. Si un niño de menos de 3 meses tiene signos de estar enfermo, este tipo de termómetro se puede usar para una primera medición. Es posible que el proveedor quiera confirmar la fiebre tomando la temperatura rectal.
- **En el oído (timpánica).** La temperatura en el oído es precisa a partir de los 6 meses de edad, no antes.
- **En la axila (axilar).** Este es el método menos confiable, pero se puede usar para una primera medición a fin de revisar a un niño de cualquier edad que tiene signos de estar enfermo. Es posible que el proveedor quiera confirmar la fiebre tomando la temperatura rectal.

- **En la boca (oral).** No use el termómetro en la boca de su hijo hasta que tenga al menos 4 años.

Use el termómetro rectal con cuidado. Siga las instrucciones del fabricante del producto para usarlo de forma adecuada. Colóquelo con cuidado. Etiquételo y asegúrese de no usarlo en la boca. Podría transmitir gérmenes de las heces. Si no se siente cómodo usando un termómetro rectal, pregunte al proveedor de atención médica qué otro tipo puede usar. Cuando hable con el proveedor de atención médica sobre la fiebre de su hijo, infórmele qué tipo de termómetro usó.

A continuación, se indica cuándo llamar al proveedor de atención médica si su hijo tiene fiebre. Es posible que el proveedor de atención médica de su hijo le dé valores diferentes. Siga sus instrucciones.

### **Cuándo debe llamar al proveedor de atención médica si su hijo tiene fiebre**

En el caso de un bebé menor de 3 meses:

- Primero, pregunte al proveedor de atención médica de su hijo cómo debe tomarle la temperatura.
- En el recto o en la frente: 100.4 °F (38 °C) o superior
- En la axila: 99 °F (37.2 °C) o superior
- Fiebre de \_\_\_\_\_ según le indique el proveedor

En el caso de un niño de 3 a 36 meses (3 años):

- En el recto o en la frente: 102 °F (38.9 °C) o superior
- En el oído (solo a partir de los 6 meses): 102 °F (38.9 °C) o superior
- Fiebre de \_\_\_\_\_ según le indique el proveedor

En estos casos:

- Temperatura en la axila de 103 °F (39.4 °C) o superior en un niño de cualquier edad
- Temperatura de 104 °F (40 °C) o superior en un niño de cualquier edad
- Fiebre de \_\_\_\_\_ según le indique el proveedor