

Infecciones comunes en la niñez



(Common Childhood Infections)

La mayoría de las infecciones son causadas por gérmenes llamados *virus* y *bacterias*. Si bien es posible que pueda evitar que los gérmenes se diseminen, no siempre podrá evitar que su hijo se enferme. Es importante que los padres sepan cómo mantener a sus hijos sanos y qué hacer cuando se enferman. Continúe leyendo para obtener más información de American Academy of Pediatrics (AAP) sobre las infecciones comunes en la niñez: signos y síntomas, tratamientos y cuándo llamar al médico de su hijo.

Índice

- Cómo saber si su bebé tiene una infección.
- Cómo evitar que los gérmenes se diseminen.
- Cómo ayudar a su hijo a sentirse mejor.
- Acerca de otros medicamentos.
- Infecciones comunes en la niñez:
 - Bronquiolitis.
 - Resfriados.
 - Crup.
 - Infección en el oído.
 - Gripe (influenza).
 - Impétigo.
 - Ojo rojo (conjuntivitis).
 - Neumonía.
 - Sinusitis.
 - Amigdalitis estreptocócica.
 - Orzuelo.
 - Infección de las vías urinarias.
 - Vómitos y diarrea.

Cómo saber si su bebé tiene una infección

Las infecciones bacterianas pueden ser muy peligrosas, especialmente en bebés menores de 3 meses. Llame al médico de inmediato si su bebé tiene alguno de los siguientes síntomas:

- Fiebre.
- Llanto débil.
- No respira con facilidad.
- Color pálido.
- Está más fastidioso de lo normal.
- Duerme más de lo normal.
- Vómitos o diarrea.
- No come bien.

Cómo evitar que los gérmenes se diseminen

A continuación se presentan consejos de los Centros para el control y la prevención de enfermedades (Centers for Disease Control and Prevention, CDC) sobre cómo evitar que los gérmenes se diseminen.

Lávese las manos

- Antes, durante y después de preparar comida.
- Antes de comer alimentos.
- Antes y después de cuidar a alguien que está enfermo.
- Antes y después de tratar un corte o una herida.
- Después de usar el inodoro.
- Después de cambiar pañales o de limpiar a un niño que ha usado el inodoro.
- Después de sonarse la nariz, toser o estornudar.
- Después de tocar un animal o los desechos de un animal.
- Después de manipular alimentos o dulces para mascotas.
- Después de tocar basura.

Cómo lavarse las manos

- Mójese las manos con agua corriente limpia (tibia o fría) y aplique jabón. (Nota: si no hay agua y jabón disponibles, use un desinfectante para manos que contenga al menos 60% de alcohol. Póngase suficiente cantidad en las manos para que se humedezcan bien y luego frótese las manos hasta que se sequen. El desinfectante no es eficaz para la suciedad que se puede ver.)
- Frótese las manos para formar espuma y fríéguelas bien; asegúrese de fregar el dorso de las manos, entre los dedos y debajo de las uñas.
- Continúe frotando sus manos por lo menos durante 20 segundos. ¿Necesita un medidor de tiempo? Tararee la canción "Feliz cumpleaños" completa dos veces.
- Enjuáguese bien las manos con agua corriente.
- Seque sus manos con una toalla limpia o déjelas secar al aire.

Otras maneras de evitar que los gérmenes se diseminen

- Cúbrase la nariz y la boca con un pañuelo de papel para toser o estornudar. Deseche el pañuelo de papel en la basura. Si no tiene un pañuelo, tosa o estornude en la parte superior de la manga o el codo; no en su mano.
- Evite tocarse los ojos, la nariz y la boca.
- Evite compartir cubiertos, vasos, cepillos de dientes, toallas para la cara o toallas.
- Evite el contacto directo con personas que están enfermas.
- Quédese en su casa cuando esté enfermo, si es posible.

Cómo ayudar a su hijo a sentirse mejor

El médico de su hijo puede dar las siguientes recomendaciones para aliviar a un niño enfermo:

Para aliviar la congestión nasal

- Use gotas nasales de solución salina (agua salada) para diluir la secreción nasal. Pregúntele al médico de su hijo qué gotas debe usar. Coloque unas gotas de solución salina en cada orificio nasal y luego succione suavemente con un aspirador nasal. Esto es más eficaz para bebés menores de 3 meses.
- Durante la enfermedad, use un humidificador o vaporizador de vapor frío en la habitación de su hijo. Esto ayuda a humedecer el aire y puede ayudar a limpiar los conductos nasales de su hijo. Asegúrese de limpiar el humidificador o vaporizador con frecuencia, según las recomendaciones del fabricante.

Para aliviar la congestión en el pecho

- La terapia física en el pecho puede aflojar la mucosidad y ayudar a bebés y niños pequeños a expulsarla a través de la tos. Recueste a su hijo sobre sus rodillas con la cara hacia abajo; ahueque sus manos y dele golpecitos suaves en la espalda. O sienta a su hijo sobre su falda, inclínele el cuerpo hacia adelante unos 30 grados, ahueque su mano y dele golpecitos suaves en la espalda.
- Durante la enfermedad, use un humidificador o vaporizador de vapor frío en la habitación de su hijo. Esto ayuda a humedecer el aire y puede ayudar a eliminar la congestión de su hijo. Asegúrese de limpiar el humidificador o vaporizador con frecuencia, según las recomendaciones del fabricante.

Para aliviar la tos

- Pruebe con media cucharadita de miel para niños de entre 2 y 5 años, 1 cucharadita para niños de entre 6 y 11 años y 2 cucharaditas para niños mayores de 12 años. Si le da miel a su hijo a la hora de acostarse, asegúrese de cepillarle los dientes posteriormente. Recuerde que no es seguro darles miel a los bebés menores de 1 año.
- Para un niño de 4 años o más, los caramelos o las pastillas para la tos pueden ayudar a aliviar la garganta. Recuerde no darle caramelos o pastillas para la tos a un niño menor de 4 años, ya que podría ahogarse con ellos. Tampoco le dé a su hijo más caramelos para la tos de lo que se indica en el envase.

Para aliviar la fiebre

- Administre acetaminofeno a un bebé de 6 meses o menos. Consulte a su médico si su bebé tiene menos de 3 meses. Administre acetaminofeno o ibuprofeno a un niño mayor de 6 meses. Consulte al médico de su hijo la dosis adecuada para la edad y el tamaño de su hijo. No le dé aspirina a su hijo, ya que la aspirina se ha asociado con el síndrome de Reye, una enfermedad poco común pero muy grave que afecta el hígado y el cerebro.

Infecciones comunes en la niñez

A continuación se describen algunas de las infecciones más comunes que se presentan en la niñez; y se incluyen signos y síntomas, tratamientos y recomendaciones para saber cuándo llamar al médico.

Bronquiolitis

La bronquiolitis es causada por varios virus que provocan la obstrucción de los tubos respiratorios pequeños de los pulmones y hacen que sea difícil respirar. Ocurre con mayor frecuencia en los bebés porque sus vías respiratorias son más pequeñas y se obstruyen con más facilidad.

Signos y síntomas

- Sibilancias (un sonido similar a un silbido) o respiración rápida o con dificultad.
- Goteo nasal.
- Tos congestionada que empeora a la noche.
- Fiebre.

Tratamiento

Consulte la sección “Cómo ayudar a su hijo a sentirse mejor”.

Llame al médico de su hijo si su hijo deja de ingerir líquidos o tiene dificultad para respirar. Es posible que deba llevarlo al hospital para que reciba oxígeno, líquidos o medicamentos para ayudarlo a respirar.

Resfríos

Los resfríos son causados por virus. La mayoría de los niños tiene entre 8 y 10 resfríos en sus primeros 2 años de vida. La mayoría de los resfríos aparecen y desaparecen, y en casos poco comunes ocasionan algo peor. Generalmente duran alrededor de una semana. Los antibióticos no son eficaces para combatir resfríos.

Signos y síntomas

- Goteo o congestión nasal y estornudos.
- Ojos llorosos.
- Tos leve.
- Fiebre leve.
- Dolor de cabeza.
- No comer bien.

Tratamiento

Consulte la sección “Cómo ayudar a su hijo a sentirse mejor”.

Llame al médico de su hijo si su hijo

- Tiene los labios o las uñas azules.
- Tiene fiebre que dura más de 2 a 3 días.
- Tiene síntomas que empeoran después de una semana.
- Tiene dificultad para beber o respirar.
- Tiene dolor de oído.
- Tiene más sueño o está más malhumorado de lo normal.

Acerca de otros medicamentos

- **Medicamentos para la tos y el resfrío.** American Academy of Pediatrics recomienda enfáticamente que no se administren medicamentos para la tos y el resfrío de venta libre a bebés y niños menores de 2 años, debido al riesgo de sufrir efectos secundarios que pongan en peligro la vida. Además, varios estudios demuestran que los productos para la tos y el resfrío no son eficaces en niños menores de 6 años y pueden tener efectos secundarios potencialmente graves.
- **Antibióticos.** El médico de su hijo puede recetar un antibiótico para tratar una infección bacteriana. Para las infecciones virales, el cuerpo necesita combatir el virus por sí solo porque los antibióticos no son eficaces. Sin embargo, en algunos casos, su médico puede recetar un medicamento antiviral para la gripe.

Crup

El crup es causado por varios virus que afectan la glotis y las vías respiratorias, y hacen que un niño tenga dificultad para respirar. Es más común en bebés de 1 a 3 años, pero puede afectar a niños de entre 6 meses y 12 años de edad.

Signos y síntomas

- Goteo nasal.
- Tos que empeora y comienza a parecerse al ladrido de una foca.
- Llanto ronco.
- Respiración ruidosa o con dificultad.
- Fiebre.
- Dolor de garganta.
- No comer bien.

Tratamiento

El tratamiento con vapor puede ser útil. Simplemente llene su baño con vapor de la bañera o la ducha. Lleve a su hijo al baño y deje que respire el vapor durante algunos minutos. Observe a su hijo atentamente para que no esté demasiado caliente ni se queme con el agua caliente. Otra cosa que podría ser útil es vestir a su hijo con ropa abrigada y sacarlo afuera para que inhale el aire fresco de la noche.

Llame al médico de su hijo de inmediato si su hijo

- Tiene un color azulado en los labios, la boca o las uñas de las manos.
- Emite un sonido fuerte, áspero o ronco al respirar (esto se llama estridor) que aumenta con cada respiración.
- Parece tener mucha dificultad para respirar o no puede hablar por falta de aliento.
- Babea o tiene problemas para tragar.
- Tiene fiebre que no desaparece incluso después de haber recibido medicamentos.
- Tiene síntomas que regresan y son peores.

Infección en el oído

En ocasiones se puede acumular líquido en el oído medio debido a un resfrió, alergias o una infección de la nariz o la garganta. Si una bacteria o un virus infecta este líquido, puede producir hinchazón y presión en el tímpano y dolor de oído. Este tipo de infección en el oído, llamada otitis media aguda, a menudo desaparece por sí sola. Sin embargo, si la infección no desaparece, el médico de su hijo puede recomendar tratamiento con un antibiótico. Si el líquido permanece en el oído incluso después de que han desaparecido otros síntomas, puede convertirse en otra afección del oído llamada otitis media con derrame. Esta afección generalmente no necesita tratamiento, a menos que el líquido continúe en el oído después de 3 meses.

Signos y síntomas

- Supuración del oído de color amarillo o blanco, posiblemente teñida de sangre.
- Dolor de oído.
- No comer bien.
- Vómitos o diarrea.
- No dormir bien.
- Fiebre.
- Dificultad auditiva.

Tratamiento

Dele a su hijo acetaminofeno o ibuprofeno para tratar el dolor. También hay gotas para los oídos que pueden ayudar a aliviar el dolor durante poco tiempo. No hay necesidad de usar medicamentos para el resfrió de venta libre (descongestivos y antihistamínicos). Es posible que el médico de su hijo quiera examinar a su hijo para determinar si es necesario recetar un antibiótico. Si así fuera, asegúrese de que su hijo termine todo el medicamento para mejorar las probabilidades de curarse.

Llame al médico de su hijo si sospecha una infección en el oído y su hijo

- Tiene supuración en el oído.
- Tiene fiebre.
- Parece tener mucho dolor.
- No puede dormir.
- No come.

Gripe (influenza)

La gripe es causada por un virus y generalmente se produce en los meses de invierno. Su hijo generalmente se sentirá peor durante los primeros 2 o 3 días.

Signos y síntomas

- Congestión y goteo nasal.
- Tos.
- Dolor de garganta.
- Fiebre repentina.
- Escalofríos.
- Falta de energía.
- Dolor de cabeza.
- Dolores y molestias corporales.
- Tos seca.
- Dolor de garganta.
- Vómitos y dolor de vientre.

Tratamiento

La mayoría de los niños con gripe no necesitan más que reposo en la cama, mucha cantidad de líquido y medicamento para la fiebre. Del mismo modo que la mayoría de los resfriós desaparecen por sí solos, lo mismo sucede con la mayoría de los casos de gripe. En niños que ya tienen problemas de salud importantes, algunas veces los médicos recomiendan fármacos antivirales, pero generalmente el medicamento actúa mejor cuando se administra dentro de las primeras 48 horas después que comienzan los síntomas. Los antibióticos no serán útiles para combatir la gripe.

Prevención

Existen vacunas seguras y eficaces para brindar protección contra la gripe. Los 2 tipos de vacuna contra la gripe que se usan para niños y adultos son:

- Vacuna antigripal inactivada para niños de 6 meses o más.
- Vacuna antigripal de virus vivos atenuados (también llamada FluMist) para niños de 2 años o más sin antecedentes de sibilancias y asma.

La vacuna antigripal inactivada se administra mediante una inyección y la vacuna FluMist se rocía dentro de la nariz (aerosol nasal).

Llame al médico de su hijo si su hijo tiene menos de 3 meses y tiene fiebre. En el caso de un niño mayor de 3 meses que ha estado expuesto a la gripe o que muestra signos de gripe, llame al médico de su hijo dentro de las 48 horas. También llame al médico de su hijo o busque asistencia médica si su hijo presenta alguno de los siguientes efectos:

- Dificultad para respirar.
- Labios o uñas azules.
- Tos que empeora o que no desaparece después de 1 semana.
- Dolor en el oído.
- Fiebre que no desaparece o que regresa después de 3 a 4 días.

Impétigo

El impétigo es una infección de la piel que se puede extender rápidamente. Esta infección es causada por bacterias. Es más común en climas cálidos y con frecuencia aparece en el rostro, pero se puede encontrar en cualquier parte del cuerpo. Los gérmenes pueden ingresar por una abertura en la piel, como un corte, una picadura de insecto o una quemadura.

Signos y síntomas

- Llagas pequeñas que comienzan a supurar, se ponen de color amarillo y forman una costra.
- Áreas abiertas o resquebrajadas de la piel.

Tratamiento

La mayoría de los casos de impétigo se pueden tratar con un antibiótico. El antibiótico se toma por boca o se aplica en la piel en forma de ungüento. Asegúrese de usar el medicamento todo el tiempo que recomiende el médico de su hijo para evitar que la infección regrese.

Llame al médico de su hijo si

- La piel alrededor de las llagas se enrojece o tiene rayas rojas.
- Las llagas se extienden a otras partes del cuerpo.
- Su hijo desarrolla fiebre o forúnculos.
- La orina de su hijo se ve de color rojo o marrón.

Ojo rojo (conjuntivitis)

La conjuntivitis es el enrojecimiento de la parte blanca de uno o ambos ojos. Hay diferentes clases de conjuntivitis, que incluyen la conjuntivitis bacteriana, viral, alérgica o química (generalmente causada por cloro en una piscina). La conjuntivitis viral y la conjuntivitis bacteriana son contagiosas y se pueden contagiar fácilmente en la escuela o la guardería.

Signos y síntomas (en uno o ambos ojos)

- Ojos llorosos, picazón o ardor en los ojos.
- Enrojecimiento del ojo.
- Secreción blanca, amarilla o verde del ojo.
- Formación de costras en el ojo que duran todo el día.

Tratamiento

Si la conjuntivitis es bacteriana, el médico de su hijo le recetará un antibiótico en forma de gotas o de ungüento. Asegúrese de usar el medicamento todo el tiempo que recomiende el médico de su hijo para curar la infección. Si la conjuntivitis es viral, los antibióticos no son útiles. Un trapo húmedo y tibio puede ayudar a eliminar las costras alrededor de los ojos y también puede ayudar a aliviar los ojos. Lávese las manos con frecuencia, especialmente después de tocar los ojos, y no comparta las toallas para la cara.

Llame al médico de su hijo si su hijo

- Tiene hinchazón y enrojecimiento que empeoran en los párpados y alrededor de los ojos.
- Tiene fiebre.
- Se ve más somnoliento de lo normal.

Neumonía

La neumonía es una infección de los pulmones. Con frecuencia ocurre unos días después del comienzo de un resfrío. La mayoría de los casos de neumonía son leves. La neumonía es causada con mayor frecuencia por virus o bacterias.

Signos y síntomas

Caso leve

- Tos con falta de aliento.
- Fiebre.
- No comer bien.
- Menos energía de lo normal.

Caso más grave

- Escalofríos con temblor.
- Fiebre.
- Dolor en el pecho.
- Respiración rápida o con dificultad.

Es posible que el médico de su hijo necesite hacer una radiografía para determinar si la neumonía es la causa de los síntomas.

Tratamiento

La neumonía causada por bacterias se trata con antibióticos. Asegúrese de usar todo el medicamento para evitar que la infección regrese. Los antibióticos no son eficaces si la neumonía es causada por un virus.

Llame al médico de su hijo si los síntomas de su hijo son graves o si su hijo tiene menos de 3 meses de edad. Es posible que deba llevarlo al hospital si no está mejor después de varios días de recibir antibióticos en su casa.

Sinusitis

La sinusitis es una inflamación de la membrana que recubre la nariz y los senos nasales. La inflamación dentro de la nariz generalmente acompaña a un resfrío. La sinusitis alérgica puede acompañar a alergias tales como la fiebre del heno. La sinusitis bacteriana es una infección secundaria causada por bacterias atrapadas en los senos nasales.

Signos y síntomas

- Síntomas de resfrío (secreción nasal, tos durante el día, o ambas) durante más de 10 días sin mejoría.
- Secreción nasal espesa y amarilla, y fiebre durante al menos 3 o 4 días seguidos.
- Dolor o sensibilidad alrededor de los ojos, los pómulos o los dientes superiores (esto sucede algunas veces en niños más grandes o en adolescentes).
- Mal aliento persistente junto con los síntomas de resfrío (sin embargo, esto también podría ser causado por un dolor de garganta o si su hijo no se cepilla los dientes).
- Dolor de cabeza intenso.

Tratamiento

El goteo nasal causado por un virus generalmente desaparece por sí solo (consulte la sección "Cómo ayudar a su hijo a sentirse mejor"). Cuando el goteo nasal es causado por bacterias, posiblemente se necesiten antibióticos. Asegúrese de usar todo el medicamento para evitar que la infección regrese.

Llame al médico de su hijo si su hijo

- No se siente mejor después de 3 a 4 días de tratamiento.
- Tiene dolor intenso en la cabeza o en el rostro.
- Tiene fiebre alta repentina.

Amigdalitis estreptocócica

La amigdalitis estreptocócica es una infección de la garganta causada por bacterias estreptocócicas, y es muy común en niños y adolescentes.

Signos y síntomas

- Dolor de garganta, especialmente al tragar.
- Manchas rojas o blancas en la garganta.
- Ganglios sensibles e inflamados en el cuello.
- Fiebre.
- Dolor de cabeza.
- Dolor de vientre.

La mayoría de los dolores de garganta en niños no son amigdalitis estreptocócica. Pero debido a que muchos virus tienen los mismos síntomas que el estreptococo, el médico de su hijo probablemente realizará una prueba para determinar si está presente el estreptococo.

Tratamiento

El dolor de garganta causado por virus generalmente desaparece por sí solo en 5 a 7 días y los antibióticos no son útiles. Debido a que la amigdalitis estreptocócica es causada por bacterias, se trata con antibióticos.

Después de 24 horas de tratamiento con antibióticos, su hijo ya no contagia y debería comenzar a sentirse mejor. Asegúrese de usar todo el medicamento para evitar que la infección regrese.

Llame al médico de su hijo si su hijo

- Tiene fiebre recurrente.
- Tiene hinchazón de los ganglios del cuello que empeora.
- Tiene dificultad para respirar.

Orzuelo

Un orzuelo es una protuberancia roja dolorosa en el párpado causada por una glándula sebácea o sudorípara infectada. Los orzuelos no son muy contagiosos. Sin embargo, una vez que su hijo tiene un orzuelo, es más probable que vuelva a tener otro.

Signos y síntomas

- Protuberancia roja dolorosa en el párpado.
- Sensibilidad alrededor del ojo.
- Hinchazón alrededor del ojo.
- Enrojecimiento del párpado.

Tratamiento

Para aliviar el dolor y la molestia que provoca un orzuelo, coloque un paño tibio sobre el párpado 3 a 4 veces por día hasta que desaparezcan los signos de infección. Generalmente los antibióticos no son útiles para un orzuelo.

Llame al médico de su hijo si el tratamiento con paños tibios no da resultado. En algunos casos, es posible que lo deriven a un oftalmólogo que puede drenar el orzuelo quirúrgicamente.

Infección de las vías urinarias

Las infecciones de las vías urinarias (urinary tract infections, UTI) ocurren cuando las bacterias infectan las vías urinarias. Las vías urinarias incluyen los riñones, los tubos que unen los riñones con la vejiga (uréteres) y la vejiga. La UTI se puede presentar en niños desde la infancia hasta la adolescencia, y en la edad adulta. El médico de su hijo pedirá una muestra de orina para hacer un análisis de detección de UTI antes de recomendar un tratamiento con antibióticos.

Signos y síntomas

- Necesidad de orinar con frecuencia, y dolor y ardor al orinar.
- Fiebre.
- Vómitos.
- Dolor de vientre.
- Dolor de espalda.
- Orina con mal olor.

Tratamiento

Las infecciones de las vías urinarias se tratan con antibióticos. Asegúrese de usar todo el medicamento para evitar que la infección regrese.

Llame al médico de su hijo si su hijo

- Tiene orina de color rosa, rojo o marrón.
- Tiene temperatura superior a 38,3 °C (101 °F).
- Tiene dolor de espalda intenso.
- No mejora después de 2 días de terapia con antibióticos.

Vómitos y diarrea

Los vómitos y la diarrea generalmente son causados por virus que infectan los intestinos, pero algunas veces son causados por bacterias. Por lo general, duran aproximadamente un día o dos, pero pueden durar hasta una semana.

Signos y síntomas

- Materia fecal blanda y acuosa, frecuente e incontrolable.
- Vómitos.
- Dolor de vientre, calambres.
- Fiebre.

Tratamiento

Si su hijo tiene vómitos, el médico de su hijo puede indicarle que no le dé alimentos hasta que deje de vomitar. Sin embargo, para evitar que su hijo se deshidrate, es posible que le indiquen que le dé bebidas con electrolitos. Las bebidas con electrolitos son bebidas especiales que puede comprar en una tienda. Para niños en edad escolar, el médico de su hijo también puede sugerir bebidas deportivas sin cafeína que tienen bajo contenido de azúcar. Los niños menores de 2 años no deben recibir medicamentos para la diarrea a menos que el médico de su hijo se lo permita. Si su hijo tiene una infección bacteriana que está provocando los vómitos o la diarrea, es posible que algunas veces se necesiten antibióticos.

Llame al médico de su hijo si su hijo tienen algunos de los siguientes signos de deshidratación:

- Sangre o mucosidad en la materia fecal.
- Ausencia de lágrimas.
- Tiene el pañal seco o no orina durante 6 horas.
- Boca, piel o labios secos.
- Ojos hundidos.
- No está tan atento como de costumbre.
- Área blanda hundida en la cabeza (en el caso de los bebés).
- Fiebre alta.

La mayoría de los casos de deshidratación leve se pueden tratar dándole líquidos a su hijo. Sin embargo, si la deshidratación es grave, es posible que su hijo deba recibir líquidos por vía intravenosa (IV) (un tubo que se introduce en una vena). Para reducir las probabilidades de deshidratación, llame al médico de su hijo de forma anticipada si su hijo tiene vómitos o diarrea que no desaparecen.

Los productos son mencionados sólo con fines informativos y esto no implica que American Academy of Pediatrics los respalde.

La información incluida en esta publicación no debe usarse como reemplazo de la atención médica y los consejos de su pediatra. Es posible que haya variaciones en el tratamiento que su pediatra pueda recomendar de acuerdo a hechos y circunstancias individuales.

De parte de su médico

