

Proteja a sus niños del VRS durante las festividades

¿Qué es el VRS?

VRS es un virus respiratorio común que ocurre cada año, este año más personas se están enfermado. La mayoría estará bien porque han estado expuestas antes y tienen protección inmunológica. Los niños pequeños que estarán expuestos por primera vez podrían verse más enfermos. Más niños y padres están expuestos este año debido a que ya no usamos cubrebocas o mantenemos nuestra distancia. Los bebés de seis meses o menores, bebés prematuros, niños pequeños con condiciones de salud crónicas y adultos mayores tienen más probabilidades de tener complicaciones.



¿Cómo se puede prevenir el VRS y otros virus respiratorios?

Las precauciones que tomamos para prevenir el COVID-19 también funcionan para el VRS, la gripe, y otros virus respiratorios.

- Quédate en casa si estás enfermo.
- Si tiene un niño pequeño o un bebé, trate de no llevarlos a las reuniones o reúnanse virtualmente para evitar exponer a su hijo al virus.
- Si tiene un niño pequeño, use una cubreboca al acercarse de otros para evitar llevar el virus a su hogar.
- Lávese las manos con agua y jabón y use desinfectante para manos.
- Desinfecte las superficies: esto es muy importante porque el VRS vive por un largo tiempo en superficies.
- No permita que otros besen o carguen sus niños.

Proteja a sus niños del VRS durante las festividades (continuación)

¿Qué pasa si mi niño se enferma?

Los primeros síntomas del VRS, la gripe y el COVID son similares. Los niños pueden tener secreción nasal, tos, disminución del apetito o fiebre. El VRS puede causar problemas para respirar, inflamación de las vías respiratorias o infección de los pulmones.

Para la mayoría de los niños es posible aliviar los síntomas en casa:

- Use agua salina y un dispositivo de succión para limpiar la mucosidad de la nariz de sus niños.
- Puede bajar la fiebre con ibuprofeno o paracetamol; nunca debe darle aspirina a un niños.
 - si su bebé tiene seis meses o menos, consulte con su doctor o clínica antes de darle medicamentos.
- Mantenga a los niños hidratados.

Llame a su doctor o clínica si su niño:

- Tiene problemas para respirar, pero todavía está alerta.
- No está bebiendo líquidos, deshidratado (menos pañales, menos orina).
- Experimenta peores síntomas.
 - si no tiene un doctor o clínica, llame a la línea de recursos del Condado de Washington al 503-846-8851 o llame al 2-1-1.

Vaya al departamento de emergencia o llame al 9-1-1 si su niño :

- Tiene dificultad para respirar o está cansado por el esfuerzo de respirar (es posible notar si su niño está usando los músculos de la barriga para respirar, la barriga se contraerá y la sacará).
- Está menos alerta o receptivo de lo normal.

Si es seguro esperar, llame a su doctor o clínica antes de ir al departamento de emergencias. Los departamentos de emergencia están demasiados ocupados y su doctor puede darles consejos o verlos en la clínica dependiendo de la situación.

¿Hay alguna vacuna para el VRS?

No, pero es importante protegerse a sí mismo y a su familia de la gripe y el COVID este año. Puede encontrar sitios visitando nuestras páginas de web de Vacuna COVID (wcor.us/vaccine) y la gripe (<https://www.washingtoncountyor.gov/disease-control/flu>)

¿Dónde puedo aprender más sobre el VRS?

Página del VSR de Centros para el Control y Prevención de Enfermedades:

(<https://www.cdc.gov/rsv/about/symptoms-sp.html>)

Página de La Academia Estadounidense de Pediatría

(<https://www.healthychildren.org/spanish/health-issues/conditions/chest-lungs/paginas/rsv-when-its-more-than-just-a-cold.aspx>)