

Patient Education

El COVID-19 y los niños

Debe leer la siguiente "Información para uso del consumidor y renuncia de responsabilidad" para comprender esta información y utilizarla correctamente.

Conceptos Básicos

[Redactado por los médicos y editores de UpToDate](#)

View in [Italian](#)View in [Brazilian Portuguese](#)View in [German](#)View in [Japanese](#)View in [French](#)View video in [Spanish](#)

¿Qué es el COVID-19? — COVID-19 significa “enfermedad por coronavirus 2019”. La causa de la enfermedad es un virus llamado SARS-CoV-2. El virus apareció por primera vez a fines de 2019 y se propagó rápidamente por todo el mundo.

Las personas que padecen COVID-19 pueden tener fiebre, tos, dificultad para respirar y otros síntomas. Los problemas para respirar aparecen cuando la infección afecta a los pulmones y causa neumonía. La mayoría de las personas que se contagian de COVID-19 no se enferman gravemente, pero algunas sí.

Este artículo trata sobre el COVID-19 en **niños**. La información sobre el COVID-19 en adultos se brinda por separado. (Ver "Información general sobre el COVID-19").

¿Cómo se contagia el COVID-19? — El virus que causa COVID-19 se transmite principalmente de persona a persona. En general, esto ocurre cuando una persona infectada tose, estornuda o habla cerca de otras personas. El virus se transmite a través de unas partículas diminutas provenientes de los pulmones y las vías respiratorias de la persona infectada. Estas partículas pueden desplazarse fácilmente por el aire hacia otras personas cercanas. En algunos casos, como por ejemplo en los espacios cerrados donde circula siempre el mismo aire, el virus presente en las partículas podría esparcirse a otras personas que se encuentran a más distancia.

El virus puede contagiarse fácilmente entre las personas que viven juntas. Sin embargo, también puede transmitirse en reuniones en las que los presentes hablan de cerca, se dan la mano, se abrazan, comparten alimentos o hasta cantan juntos. Comer en restaurantes aumenta el riesgo de infección, ya que los comensales suelen sentarse cerca unos de otros y no cubrirse la cara. Los médicos también creen que es posible infectarse al tocar una superficie en la que se encuentra el virus y luego tocarse la boca, la nariz o los ojos. Sin embargo, probablemente esto no sea muy frecuente.

Es posible infectarse y contagiar a otras personas incluso sin tener síntomas. Algunas cepas o "variantes" del virus son más contagiosas que otras y pueden propagarse muy fácilmente.

¿Los niños pueden contagiarse de COVID-19? — Sí. Los niños de cualquier edad pueden enfermarse de COVID-19. Sus probabilidades de enfermarse gravemente son menores que las de los adultos, pero puede ocurrir. Desde la aparición de la "variante delta" del virus, más niños han debido hospitalizarse a causa del COVID-19. Las cifras son mayores en zonas con bajos porcentajes de vacunación. La vacunación de los adultos y los niños mayores ayuda a proteger a los niños que son demasiado pequeños para vacunarse.

Los niños también pueden transmitir el virus a otras personas. Eso puede ser peligroso, especialmente para las personas de mayor edad o que tienen otros problemas de salud.

¿Los síntomas de COVID-19 son distintos en los niños y en los adultos? — En verdad, no. Algunos de los síntomas más comunes de los adultos son fiebre y tos. En casos más graves puede desarrollarse neumonía y dificultad para respirar. Los niños que tienen COVID-19 también pueden presentar esos síntomas, pero es menos probable que se enfermen gravemente. Algunos niños no tienen ningún síntoma.

Otros síntomas también pueden presentarse tanto en niños como en adultos. Algunos de ellos podrían ser sentir mucho cansancio, escalofríos, dolor de cabeza, dolores musculares, dolor de garganta, escurrimiento o congestión nasal, diarrea o vómitos. Los bebés que contraen COVID-19 podrían tener dificultades para alimentarse. También se han informado algunos casos de sarpullidos u otros síntomas en la piel. Por ejemplo, algunas personas que tienen COVID-19 desarrollan manchas de color rojizo-morado en los dedos de las manos o de los pies. Sin embargo, no es claro por qué ocurre ni con qué frecuencia.

Los síntomas graves podrían ser más frecuentes en niños que tienen ciertos problemas de salud, por ejemplo trastornos genéticos o neurológicos graves, enfermedad congénita (de nacimiento) del corazón, enfermedad falciforme, obesidad, diabetes, enfermedad renal crónica, asma y otras enfermedades pulmonares, o un sistema inmunitario debilitado.

¿El COVID-19 puede causar otros problemas en los niños? — No es frecuente, pero puede ocurrir. Se han informado casos aislados de niños con COVID-19 que desarrollaron una inflamación en todo el cuerpo. Si no se trata rápidamente, puede causar daños en los órganos. Los expertos han utilizado distintos nombres para referirse a este padecimiento; entre ellos, "síndrome inflamatorio multisistémico en niños" y "síndrome inflamatorio multisistémico pediátrico". Los síntomas pueden parecer similares a los de otro padecimiento llamado "enfermedad de Kawasaki". Son, entre otros:

- Fiebre que dura más de 24 horas
- Dolor en el área del estómago, vómitos o diarrea
- Sarpullido
- Ojos enrojecidos
- Dolor de cabeza
- Cansancio excesivo, confusión o irritación
- Dificultad para respirar

Llame al médico o enfermero de su hijo **de inmediato** si su hijo tiene alguno de estos síntomas.

¿Qué debo hacer si mi hijo tiene síntomas? — Si su hijo tiene fiebre, tos u otros síntomas de COVID-19, **llame** a su médico o enfermero para que le diga qué hacer y si es necesario que vea a su hijo en persona.

Si cuida de su hijo en su casa, el médico o enfermero le dirá a cuáles síntomas prestar atención. Algunos niños que tienen COVID-19 empeoran repentinamente luego de haber estado enfermos durante alrededor de una semana. El médico o enfermero puede decirle cuándo llamar al consultorio y cuándo pedir ayuda de emergencia. Por ejemplo, debe pedir atención de emergencia **de inmediato** si su hijo:

- Tiene dificultad para respirar
- Siente dolor o presión en el pecho
- Tiene los labios o la cara azules
- Tiene un dolor agudo en el área del estómago
- Actúa confundido o no actúa normalmente
- No puede despertarse o mantenerse despierto

Si tiene un bebé y este tiene dificultades para alimentarse normalmente, debe llamar al médico o enfermero para que lo asesore.

¿Mi hijo debe hacerse una prueba? — Si un médico o enfermero sospecha que su hijo tiene COVID-19, podría tomarle una muestra del interior de la nariz o la boca con un hisopo para que le hagan pruebas. Estas pruebas pueden ayudar al médico a determinar si su hijo tiene COVID-19 u otra enfermedad.

En algunos lugares es necesario ver a un médico o enfermero para realizarse la prueba. En otros lugares, existen organizaciones donde cualquiera puede realizarse la prueba. Según el laboratorio, los resultados de la prueba pueden tardar hasta varios días.

Si su hijo estuvo en contacto cercano con una persona que tenía COVID-19, lo que deba hacer a continuación dependerá de si el niño ha tenido la infección recientemente:

- En caso de que su hijo **no** haya tenido COVID-19 en los últimos 3 meses – Debe realizarse una prueba de detección del virus si es posible, incluso si no tiene síntomas. Llame al médico o enfermero de su hijo si no sabe con certeza dónde debe realizarse la prueba. Independientemente de que su hijo se realice la prueba o no, debe quedarse en autocuarentena en casa después de una exposición. Esto consiste en quedarse en casa y alejarse de otras personas en la medida de lo posible. Lo más seguro que puede hacer es permanecer en autocuarentena en casa durante 14 días. Algunos departamentos de salud pública podrían autorizar a las personas a finalizar la cuarentena más temprano, especialmente si obtuvieron un resultado negativo en una prueba de detección. Si tiene dudas sobre la duración de la cuarentena de su hijo, comuníquese con el departamento de salud pública de su localidad o pregunte al médico o enfermero de su hijo.
- En caso de que su hijo **sí** haya tenido COVID-19 en los últimos 3 meses – En ese caso, siempre que el niño no tenga síntomas, es posible que no necesite realizarse la prueba ni permanecer en

autocuarentena. Si no sabe con certeza qué debería hacer su hijo, pregunte en el departamento de salud pública local.

Si su hijo permanece en autocuarentena durante menos de 14 días, o si no necesita permanecer en autocuarentena, deberá vigilar sus síntomas de todos modos durante la totalidad de los **14 días**. En caso de que aparezca cualquier síntoma, infórmeselo al médico o enfermero de su hijo de inmediato. Su hijo también debe poner especial cuidado en el uso de la máscara y el distanciamiento social durante este tiempo.

¿Cómo se trata el COVID-19 en niños? — No se conoce ningún tratamiento específico para el COVID-19. La mayoría de los niños saludables que se infectan pueden recuperarse en casa, y por lo general mejoran en el transcurso de una o dos semanas.

Es importante que su hijo se quede en casa y que se aparte de otras personas hasta que su médico o enfermero le diga que es seguro que retome sus actividades normales. La decisión dependerá de cuándo hayan comenzado los síntomas del niño y, en algunos casos, de si se hizo la prueba y el resultado fue negativo (lo que indica que ya no tiene el virus en el cuerpo).

Los médicos están estudiando varios tratamientos para determinar si podrían servir para tratar el COVID-19. En ciertos casos, los médicos podrían recomendar que pruebe esos tratamientos o que participe en un estudio clínico. Un estudio clínico es un estudio científico en el que se prueban nuevas medicinas para ver cómo funcionan.

¿Cómo puedo evitar que mi hijo se contagie de COVID-19 o lo transmita? — En Estados Unidos, una de las vacunas para prevenir el COVID-19 está disponible para personas mayores de 12 años. Vacunar a su hijo es la mejor manera de protegerlo. También le permitirá hacer más actividades de manera segura, como ver a sus amigos. Los expertos también están estudiando vacunas para niños menores de 12 años, y se espera que estas estén disponibles pronto.

Mientras más personas se vacunen, más difícil será que se propague el virus. La mejor manera de proteger a los niños pequeños es que la mayor cantidad posible de personas mayores (entre ellas, padres, madres y cuidadores) se vacunen. Se brinda más información sobre las vacunas contra el COVID-19 por separado. (Ver "Vacunas contra el COVID-19").

Mientras esperamos a que las vacunas estén al alcance de todos, hay otras cosas que se pueden hacer para reducir las posibilidades de contraer COVID-19. Esas cosas también ayudarán a desacelerar la propagación de la infección.

Si su hijo tiene edad suficiente, puede enseñarle a hacer lo siguiente:

- **Usar una máscara en público.** Los expertos de muchos países recomiendan que todos lo hagan, incluso los niños **mayores de 2 años**. De ese modo es menos probable que su hijo les transmita la infección a otras personas si está enfermo, incluso si no tiene síntomas. Además, es posible que ayude a proteger a su hijo de personas que podrían estar enfermas. Asegúrese de que la máscara quede bien ajustada sobre la cara de su hijo y que le cubra la boca y la nariz.

Puede comprar máscaras de tela y máscaras desechables (que no sean de uso médico) en tiendas o en línea. También puede confeccionar su propia máscara de tela. Las máscaras de tela son más efectivas si tienen varias capas de tela.

- **Practicar el "distanciamiento social"**. Esto implica mantenerse a una distancia mínima de 6 pies (alrededor de 2 metros) de otras personas. En lugares donde el virus continúa propagándose rápidamente, mantener la distancia con otras personas puede ayudar a desacelerar los contagios.

Cuando su hijo salga o juegue con amigos, recuerde que el virus puede propagarse tanto en interiores como al aire libre, pero estar al aire libre es menos riesgoso. Además, mientras mayor sea la cantidad de personas con las que su hijo esté en contacto, más elevado será el riesgo de que se propague el virus.

- **Lavarse las manos** con agua y jabón frecuentemente. Esto es particularmente importante después de estar en público. Asegúrese de que se refriegue las manos con jabón durante un mínimo de 20 segundos, y que se limpie las muñecas, las uñas y la piel entre los dedos. Luego, debe enjuagarse las manos y secarlas con una toalla de papel que se pueda tirar a la basura. El lavado de manos también ayuda a proteger a su hijo de otras enfermedades, como la gripe y el resfriado común.

Lo mejor es que su hijo se lave las manos con jabón y agua, pero si no tiene un lavabo cerca, puede limpiarse con un gel higienizante para manos. Los más efectivos son aquellos que contienen un mínimo de 60 % de alcohol. Es importante mantener el gel higienizante fuera del alcance de los niños pequeños, ya que tragar alcohol puede ser dañino. Si su hijo tiene menos de 6 años, ayúdelo a usar el gel higienizante.

- **Evitar tocarse la cara** con las manos, especialmente la boca, la nariz o los ojos.

Los niños más pequeños posiblemente necesiten ayuda o recordatorios para esto.

Si trabaja en el área de salud o tiene otro trabajo que lo pone en riesgo de contraer COVID-19, asegúrese de cumplir con las recomendaciones preventivas de su lugar de trabajo. Probablemente sean, entre otras, ponerse equipos de seguridad y lavarse las manos antes y después de realizar ciertas tareas. Cuando llegue a su hogar después del trabajo, considere cambiarse la ropa y los zapatos antes de ver a sus hijos. Si alguno de sus hijos corre un riesgo mayor de enfermarse gravemente, también puede optar por guardar una distancia de 6 pies (2 metros) y usar máscaras dentro de la casa. Según el clima, también podría abrir las ventanas o las puertas, y usar ventiladores para que circule el aire.

¿Mi hijo estará seguro en la escuela o la guardería? — Las decisiones relacionadas con el funcionamiento de las escuelas y las guarderías son complicadas. Los expertos comprenden la importancia del aprendizaje, las actividades y el cuidado de los niños en persona. Sin embargo, también deben considerar los riesgos que corren los niños, los maestros y otros adultos que trabajan en esos lugares.

En general, las escuelas y otros programas pueden funcionar si se implementa un plan para preservar la salud de todos. Esto incluye pautas sobre lo siguiente:

- **Vacunas** – Mientras más personas se vacunan, más difícil es que se propague el virus. En algunas escuelas se han implementado normas para exigir que el personal se vacune. También deben vacunarse los niños mayores de 12 años para proteger su propia salud y la de los niños más pequeños que aún no pueden vacunarse.

- **Máscaras** – Hacer que todos los miembros del personal y los niños usen máscara reduce el riesgo de propagar el virus.

- Limpieza y calidad del aire – El personal del lugar debe asegurarse de que todos se laven las manos con frecuencia y de que las zonas de uso común se limpien periódicamente. También es importante verificar que haya buena ventilación (circulación del aire) en todo el edificio.

- Distancia – Los salones de clase y las zonas donde se realizan actividades se deben preparar de tal modo que las personas puedan guardar distancia entre sí. Algunos grupos de expertos aseguran que una distancia de 3 pies entre persona y persona es suficiente si todos usan máscara y respetan otras pautas de seguridad. Mantener siempre los mismos grupos, o "cohortes", de personas también ayuda a reducir el riesgo de propagación. También es conveniente realizar actividades al aire libre siempre que se pueda.

- Enfermedad o exposición – Las escuelas, las guarderías y otros programas deben tener reglas claras para que los estudiantes y los empleados se queden en casa si se sienten enfermos. Además, deben contar con un plan específico sobre qué hacer en caso de que alguien tenga un resultado positivo en una prueba de COVID-19 o se haya expuesto al virus que lo causa.

El plan exacto para cada programa depende de muchas cosas, como el tamaño del edificio y el tipo de ventilación con el que cuenta, la edad de los asistentes y cuántos casos de COVID-19 hay en la comunidad.

¿Qué ocurre si alguien en nuestro hogar se enferma? — Si alguien en su hogar tiene COVID-19, esa persona deberá permanecer en una habitación separada, si es posible. También deberá colocarse una máscara en caso de que sea realmente necesario que esté cerca de otras personas. Todos los habitantes de la casa deben lavarse las manos frecuentemente y limpiar las superficies que se tocan mucho.

Si contrajo la enfermedad y tiene un bebé, es importante que ponga mucho cuidado al alimentarlo o tenerlo en brazos. Aunque los expertos desconocen si el virus se transmite a través de la leche materna, se puede transmitir a los bebés y otros niños a través del contacto cercano. Para proteger a su bebé, puede lavarse las manos frecuentemente y ponerse una máscara cuando vaya a alimentarlo. Si es posible, quizás convendría que pida a un adulto saludable que se encargue de alimentar al bebé.

¿Cómo puedo ayudar a mi hijo a sobrellevar el estrés y la ansiedad? — Es normal sentir ansiedad o preocupación con respecto al COVID-19. También es normal que los niños sientan estrés al no poder hacer todas sus actividades normales.

Para ayudarlos, puede hacer lo siguiente:

- Hablarles en términos simples sobre el COVID-19 y lo que pueden hacer para proteger su salud y la de los demás
- Vacunarse y vacunar a su hijo en cuanto sea posible
- Fabricarles o comprarles una máscara que les sea cómoda, y alentarlos para que practiquen usarla
- Limitar lo que ven en los noticieros o en Internet
- Buscar actividades para hacer juntos
- Buscar maneras seguras de pasar tiempo con amigos y familiares
- Cuidarse, por ejemplo, comiendo alimentos saludables y haciendo ejercicio regularmente

¿Dónde puedo obtener más información? — A medida que se sepa más sobre este virus, las recomendaciones de los expertos seguirán cambiando. Consulte a su médico o funcionario de salud pública para contar con la información más actualizada acerca de cómo protegerse y proteger a su familia.

Para obtener información sobre el COVID-19 en su zona, puede llamar al departamento de salud pública local. En Estados Unidos, por lo general se trata del Concejo de Salud Pública de la ciudad o del pueblo. Además, muchos estados disponen de una línea telefónica gratuita a la que puede llamar.

Puede encontrar más información sobre el COVID-19 en los siguientes sitios web:

- Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades de Estados Unidos (CDC): www.cdc.gov/COVID19
- Organización Mundial de la Salud (OMS): www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019

Todos los artículos se actualizan a medida que se descubre nueva evidencia y culmina nuestro [proceso de evaluación por homólogos](#)

Este artículo se recuperó de UpToDate el: Dec 07, 2021.

Artículo 127544 Versión 39.0.es-419.1

Release: 29.5.2 - C29.340

© 2021 UpToDate, Inc. Todos los derechos reservados.

Exención de responsabilidad y uso de la información del consumidor:

Esta información no es un consejo médico específico ni es un sustituto de la información que le brinda su proveedor de atención médica. Es solamente un resumen breve de datos generales. NO incluye toda la información sobre padecimientos, enfermedades, lesiones, pruebas, procedimientos, tratamientos, terapias, instrucciones de alta u opciones de estilo de vida que podrían corresponder en su caso. Debe hablar con su proveedor de atención médica para obtener información completa sobre su salud y sus opciones de tratamiento. Esta información no debe utilizarse para decidir si aceptar o no el consejo, las instrucciones o las recomendaciones de su proveedor de atención médica, y solo él posee los conocimientos y la capacitación para darle consejos adecuados para usted. El uso de este sitio web se rige por los [Términos de uso de UpToDate](#) ©2021 UpToDate, Inc. Todos los derechos reservados.

Last Updated 1/13/22



© 2021 UpToDate, Inc. and its affiliates and/or licensors. All rights reserved.