

Infecciones Comunes Durante la Niñez

(Common Childhood Infections)



La mayoría de las infecciones son causadas por microbios llamados *virus* y *bacterias*. Aunque es posible prevenir la diseminación de microbios, no siempre podrá evitar que su hijo(a) se enferme. Es importante que los padres sepan cómo proteger la salud de sus hijos y qué hacer cuando se enfermen. Continúe leyendo para aprender más sobre las infecciones comunes de la niñez, signos y síntomas, tratamientos, y en qué casos es recomendable llamar al pediatra.

Contenido

- Cómo proteger la salud de su hijo.
- Cómo saber si su bebé tiene una infección.
- Qué hacer para aliviar el malestar de su hijo.
- Acerca de otras medicinas.
- Infecciones comunes:
 - Bronquiolitis
 - Resfriado
 - Crup, o garrotillo
 - Infección de oído
 - Gripe (influenza)
 - Impétigo
 - Conjuntivitis
 - Neumonía
 - Sinusitis
 - Infección de garganta por estreptococo
 - Orzuelo
 - Infecciones de las vías urinarias
 - Vómitos y diarrea

Cómo saber si su bebé tiene una infección

Las infecciones bacterianas pueden ser muy peligrosas en un niño menor de dos meses. Llame al médico de inmediato si su bebé presenta cualquiera de estos síntomas:

- fiebre
- llanto débil
- problemas al respirar
- mal tono de la piel
- más inquieto de lo habitual
- duerme más de lo habitual
- vómitos o diarrea
- no come bien

Cómo proteger la salud de su hijo

Siga estas recomendaciones para proteger la salud de su hijo:

- Manténgase las manos limpias. Toda la familia debe lavarse las manos varias veces al día para evitar la propagación de microbios.
- Evite compartir utensilios, tazas, cepillos de dientes, pañitos para la cara o toallas con alguien que tenga un resfriado o fiebre.
- Lave los platos y utensilios con agua caliente y jabonosa.
- No fume alrededor de su hijo. No fume en el auto ni en ningún lugar de la casa.

Cómo aliviar el malestar de su hijo

El pediatra podría recomendarle los siguientes modos de aliviar el malestar de su hijo:

Para aliviar la congestión nasal

- Use gotas de solución salina para aligerar las secreciones. Pregúntele al pediatra cuáles recomienda. Coloque unas cuantas gotas de la solución salina en cada fosa nasal y a continuación aspire las secreciones con delicadeza, usando una perilla succionadora. Este método es más efectivo en bebés menores de tres meses.
- Durante el transcurso de la enfermedad, use un humidificador o vaporizador de vapor frío en la alcoba del niño. Esto ayuda a humedecer el aire y podría ayudar a despejar las fosas nasales del niño. Recuerde limpiar el humidificador o vaporizador a menudo, siguiendo las recomendaciones del fabricante.

Para aliviar la congestión del pecho

- La terapia física del tórax puede aflojar la mucosidad y ayudar a los bebés y niños pequeños a expulsar las flemas. Extienda al niño boca abajo sobre sus rodillas, ahueque la mano y déle un golpecito suave en la espalda. Otra opción es sentar al niño en su regazo, inclinarle el cuerpo hacia delante unos 30 grados, ahuecar la mano y darle un golpecito con delicadeza en la espalda.
- Durante el transcurso de la enfermedad, use un humidificador o vaporizador de vapor frío en la alcoba de su hijo. Esto ayuda a humedecer el aire y podría ayudar a despejar la congestión del niño. No olvide limpiar el humidificador o vaporizador a menudo, siguiendo las recomendaciones del fabricante.

Para aliviar la tos

- Déle media cucharadita de miel de abeja a los niños de 2 a 5 años de edad, una cucharadita a los niños de 6 a 11 años de edad y dos cucharaditas a los niños de 12 años en adelante. Si le da la miel al niño por la noche, no olvide lavarle los dientes antes de acostarlo. Recuerde que no es seguro darle miel a los bebés menores de un año.

- Para un niño de cuatro años de edad en adelante, las pastillas para la tos podrían ayudar a aliviar la garganta. Recuerde que no se le deben dar pastillas para la tos a un niño menor de cuatro años porque podría atragantarse. Asimismo, no le dé al niño más pastillas para la tos de las indicadas en el empaque.

Para mitigar la fiebre

- Déle acetaminofeno a un bebé de seis meses o menos. Déle ya sea acetaminofeno o ibuprofeno a un niño mayor de seis meses. Pregunte al pediatra cuál es la dosis adecuada para la edad y el tamaño de su hijo. No le dé aspirina al niño puesto que la misma se ha asociado con el síndrome de Reye, una enfermedad poco común pero muy grave, que afecta el hígado y el cerebro.

Enfermedades comunes de la niñez

Las siguientes son algunas de las infecciones infantiles más comunes, así como sus signos y síntomas, tratamientos y en qué casos es recomendable llamar al médico.

Bronquiolitis

La bronquiolitis es una infección viral que hace que se inflamen los pequeños tubos respiratorios (bronquiolos) de los pulmones. Esto obstruye el flujo de aire a través de los pulmones, dificultando la respiración. Afecta más a menudo a los infantes o bebés de pocos meses, puesto que las vías respiratorias de éstos son más pequeñas y se obstruyen con más facilidad.

Signos y síntomas

- Sibilancias (una especie de silbido) o una respiración dificultosa y rápida
- Secreciones nasales
- Congestión del pecho que empeora en la noche
- Fiebre

Tratamiento

Consulte la sección “Cómo aliviar el malestar de su hijo”.

Llame al pediatra si el niño deja de tomar líquidos o le cuesta mucho respirar. Es posible que haya que hospitalizarlo para suministrarle oxígeno, fluidos o medicinas que le ayuden a respirar.

Acerca de otras medicinas

- **Medicinas para la tos y el resfriado.** La Academia Americana de Pediatría recomienda enfáticamente que las medicinas de venta libre para la tos y el resfriado no se administren a bebés y niños menores de dos años de edad, debido al riesgo de efectos secundarios que pueden ser letales. Asimismo, varios estudios indican que los productos para los resfriados y la tos no son efectivos en niños menores de seis años y pueden tener efectos adversos potencialmente graves.
- **Antibióticos.** Es posible que el pediatra le recete a su hijo un antibiótico para tratar una infección bacteriana. En el caso de las infecciones virales, el cuerpo debe combatir el virus por su cuenta, ya que los antibióticos no surten efecto.

Resfriados

Los resfriados son de origen viral. La mayoría de los niños tiene de 8 a 10 resfriados durante sus primeros dos años de vida. En su mayoría, los resfriados van y vienen, y rara vez conducen a algo peor. Suelen durar alrededor de una semana. Los antibióticos no ayudan a combatir un resfriado.

Signos y síntomas

- Congestión o secreción nasal y estornudos
- Lagrimeo
- Tos leve
- Fiebre baja
- Dolor de cabeza
- Falta de apetito

Tratamiento

Consulte la sección “Cómo aliviar el malestar de su hijo”.

Llame al pediatra si su hijo tiene:

- los labios o las uñas moradas
- fiebre que dura más de dos a tres días
- recrudescimiento de los síntomas después de una semana de enfermedad
- dificultad para beber líquidos o respirar
- dolor de oído
- somnolencia o intranquilidad fuera de lo habitual

Crup, o garrotillo

El crup, o garrotillo, es provocado por diversos virus que afectan la laringe y las vías respiratorias, haciendo que el niño tenga dificultad al respirar. Es más común en niños entre uno y dos años de edad, pero puede afectar a niños de 6 meses a 12 años de edad.

Signos y síntomas

- Secreciones nasales
- Una tos que empeora y suena como el ladrido de una foca
- Llanto ronco
- Respiración ruidosa o dificultosa
- Fiebre
- Dolor de garganta
- Falta de apetito

Tratamiento

Use un vaporizador de vapor frío para ayudar al niño a respirar mejor.

El tratamiento de vapor también puede ser efectivo. Simplemente deje que el baño se llene de vapor proveniente del agua caliente de la tina o la ducha. Lleve al niño al baño y déjelo respirar el vapor por unos cuantos minutos. Esté pendiente de que el niño no se caliente demasiado ni que se quemé con el agua. Otra cosa que podría ayudarlo a respirar mejor es vestirlo con ropa abrigada y sacarlo para que inhale el aire fresco de la noche.

Llame al pediatra de inmediato si el niño:

- tiene un color azulado en los labios, la boca o las uñas.
- hace un sonido áspero o ronco al respirar (lo que se conoce como estridor) que aumenta de volumen con cada respiración.
- parece batallar para respirar o no puede hablar por la falta de respiración.
- babea o tiene dificultad para tragar.
- tiene fiebre.

Infección de oído

Hay ocasiones en que un resfriado, una alergia, la gripe o una infección nasal o de la garganta provocan una acumulación de fluido en el oído. Si este fluido se infecta con bacteria o virus, puede provocar inflamación y presión en el tímpano, causando dolor de oído. Este tipo de infección, llamada *otitis media aguda*, suele mejorar por su cuenta. Sin embargo, si la infección no remite, el pediatra podría recomendar un tratamiento con antibióticos. Si el fluido permanece en el oído incluso después de que los síntomas desaparecen, se podría desarrollar otra afección de los oídos denominada *otitis media con derrame (fluido en el oído medio)*. Esta afección por lo general no necesita tratamiento a menos que el fluido permanezca en su lugar por más de tres meses.

Signos y síntomas

- Supuración del oído entre amarillenta y blanca, posiblemente teñida de sangre
- Dolor de oído
- Falta de apetito
- Vómitos o diarrea
- Dificultad para dormir
- Fiebre
- Dificultad para oír

Tratamiento

Déle a su niño acetaminofeno o ibuprofeno para calmar el dolor. También hay gotas para el oído que pueden ayudar a mitigar el dolor por un tiempo corto. No hay necesidad de usar medicinas sin receta médica (descongestionantes y antihistamínicos) para el resfriado. Es posible que el pediatra quiera ver al niño para evaluar la necesidad de recetarle un antibiótico. De ser así, cerciórese de darle al niño todo el antibiótico recetado, para aumentar las posibilidades de mejoría.

Llame al pediatra si sospecha que su hijo tiene infección de oído y presenta los siguientes síntomas:

- le supura el oído.
- tiene fiebre.
- parece tener mucho dolor.
- no puede dormir.
- no está comiendo.

Gripe (Influenza)

La gripe (o *flu*) se debe a un virus y suele presentarse en los meses de invierno. El niño se sentirá peor durante los primeros dos o tres días.

Signos y síntomas

- Congestión y secreción nasal
- Tos
- Dolor de garganta
- Fiebre repentina
- Escalofríos
- Falta de energía
- Dolor de cabeza
- Dolores musculares
- Tos seca
- Dolor de garganta
- Vómitos y dolor de estómago

Tratamiento

Muchos niños que tienen gripe no necesitan más que reposo, mucho líquido y medicinas para mitigar la fiebre. La mayoría de los casos de gripe desaparecen por su cuenta, al igual que los resfriados. En el caso de los niños que ya tienen grandes problemas de salud, los médicos a veces recomiendan medicinas antivirales, pero éstas deben tomarse durante las primeras 48 horas a partir de que los síntomas comienzan. Los antibióticos no ayudan a combatir la gripe.

Hay vacunas seguras y efectivas que protegen contra la gripe. Los dos tipos de vacunas contra la influenza que se emplean en niños y adultos son:

- la vacuna inactivada contra la influenza para niños de seis meses en adelante
- la vacuna viva atenuada (también llamada *FluMist*) para niños de dos años en adelante que no tengan un historial de asma y jadeos recurrentes

La vacuna inactivada se aplica mediante inyección y el *FluMist* se rocía en la nariz (mediante un atomizador nasal).

Llame al pediatra si su hijo es menor de dos meses de edad y tiene fiebre.

En el caso de un niño mayor de dos meses, que ha estado expuesto a la gripe o muestra síntomas de gripe, llame al pediatra durante las primeras 48 horas. Asimismo, llame al pediatra o busque atención médica si su hijo experimenta cualquiera de estos síntomas:

- dificultad para respirar
- labios o uñas moradas
- una tos que empeora o persiste por más de una semana
- dolor de oído
- fiebre persistente o que retorna después de tres o cuatro días de la enfermedad

Impétigo

El impétigo es una infección de la piel que puede esparcirse por la piel rápidamente. Esta infección es ocasionada por una bacteria. Es más común en climas cálidos y suele brotar la cara, pero puede aparecer en cualquier otra parte del cuerpo. También puede presentarse luego de haber sufrido picaduras de insectos.

Signos y síntomas

- Ampollas pequeñas que comienzan a supurar y se tornan amarillentas y con costra
- Zonas de la piel en carne viva o cuarteadas

Tratamiento

La mayoría de los casos de impétigo se pueden tratar con un antibiótico. Éste se toma por vía oral o se aplica a la piel en forma de pomada. Es importante que use la medicina por todo el tiempo indicado por el pediatra, para evitar que la infección regrese.

Llame al pediatra si:

- la piel que rodea las ampollas se enrojece o tiene vetas rojas.
- las ampollas se esparcen a otras partes del cuerpo.
- el niño desarrolla fiebre o forúnculos.
- su orina luce rojiza o marrón.

Conjuntivitis

La conjuntivitis es el enrojecimiento de la parte blanca de uno o ambos ojos. Hay distintos tipos de conjuntivitis, tales como bacteriana, viral, alérgica o química (usualmente causada por el cloro de una piscina). Las infecciones bacterianas o virales son contagiosas y se pueden difundir fácilmente en las escuelas o guarderías.

Signos y síntomas (en uno o ambos ojos)

- Lagrimeo, comezón y ardor en los ojos
- Enrojecimiento del ojo
- Supuración blanquecina, amarillenta o verdosa que sale del ojo
- Costra en el ojo que perdura todo el día

Tratamiento

Si se trata de una conjuntivitis bacteriana, el pediatra podría recetar gotas o una pomada antibiótica. Cerciórese de usar la medicina por todo el tiempo que lo recomiende el pediatra para que la infección se cure. Si se trata de una conjuntivitis de carácter viral, los antibióticos no serán efectivos. Una compresa tibia podría ayudar a quitar las costras que rodean los ojos y brindarle alivio al niño. Lávense las manos a menudo, especialmente después de tocar los ojos, y no compartan pañitos o toallas para la cara.

Llame al pediatra si su hijo:

- presenta inflamación y enrojecimiento en los párpados y alrededor de los ojos que va empeorando.
- tiene fiebre.
- parece más adormilado de lo habitual.

Neumonía

La neumonía es una infección de los pulmones. Suele presentarse pocos días después del comienzo de un resfriado. La mayoría de los casos de neumonía son leves. La neumonía suele ser provocada por virus o bacterias.

Signos y síntomas

Casos leves

- Tos con respiración dificultosa
- Fiebre
- Falta de apetito
- Menos energía de lo habitual

Casos más severos

- Temblores repentinos
- Fiebre
- Dolor de pecho
- Respiración dificultosa o rápida

Es posible que el pediatra solicite una radiografía para determinar si la neumonía es la causa de los síntomas.

Tratamiento

La neumonía causada por una bacteria se trata con antibióticos. Cerciórese de usar toda la medicina para evitar que la infección retorne. Si la neumonía es causada por un virus, los antibióticos no serán efectivos.

Llame al pediatra si los síntomas de su hijo son severos o si el niño es menor de dos años. Es posible que deba llevarlo al hospital si no presenta mejoría después de varios días de haber estado tomando los antibióticos en casa.

Sinusitis

La sinusitis es una inflamación del recubrimiento de la nariz y los senos nasales. La sinusitis viral suele presentarse con un resfriado. La sinusitis alérgica puede presentarse con una alergia, como la rinitis alérgica o “fiebre del heno”. La sinusitis bacteriana es una infección secundaria causada por bacterias atrapadas en los senos nasales. Los siguientes son los signos y síntomas de la sinusitis bacteriana:

Signos y síntomas

- Síntomas de un resfriado (secreciones nasales, tos diurna o ambos) por más de 10 días sin mostrar mejoría
- Secreción nasal espesa y amarillenta, acompañada de una fiebre que perdura por tres ó cuatro días seguidos
- Dolor o molestia alrededor de los ojos, los pómulos o los dientes superiores (Esto a veces ocurre en niños mayores o adolescentes.)
- Mal aliento persistente junto con síntomas de resfriado (Sin embargo, esto también puede deberse a un dolor de garganta o al hecho de que el niño no se esté lavando los dientes.)
- Dolor de cabeza fuerte

Tratamiento

La sinusitis ocasionada por un virus suele desaparecer por su cuenta (consulte la sección “Cómo aliviar el malestar de su hijo”). Cuando es causada por una bacteria, es posible que se necesiten antibióticos. Cerciórese de usar toda la medicina para evitar que la infección regrese.

Llame al pediatra si su hijo:

- no se siente mejor al cabo de tres o cuatro días de tratamiento.
- tiene un dolor muy fuerte de cabeza o en la cara.
- tiene fiebre alta de manera repentina.

Infección de garganta por estreptococo

Este tipo de infección se debe a la bacteria del estreptococo y es muy común en niños y adolescentes.

Signos y síntomas

- Dolor de garganta, especialmente al tragar
- Parches rojos o blancos en la garganta
- Inflamación y dolor en las glándulas del cuello
- Fiebre
- Dolor de cabeza
- Dolor de estómago

La mayoría de los dolores de garganta que experimentan los niños no se deben a una infección por estreptococo. Sin embargo, puesto que muchos virus presentan los mismos síntomas que la infección por estreptococo, es muy probable que el pediatra realice un examen para detectar la presencia de estreptococo.

Tratamiento

Los dolores de garganta ocasionados por un virus suelen desaparecer por su cuenta en un lapso de cinco a siete días, y el uso de antibióticos no es efectivo en estos casos. Puesto que la infección de garganta por estreptococo se debe a una bacteria, se trata con antibióticos. Al cabo de 24 horas del tratamiento con antibióticos, el niño ya no es contagioso y empezará a sentirse mejor. Recuerde que debe darle toda la medicina al niño para evitar que la infección regrese.

Llame al pediatra si su hijo:

- tiene una fiebre recurrente.
- tiene inflamación de las glándulas del cuello, que va empeorando.
- tiene dificultad para respirar.

Orzuelo

El orzuelo es una protuberancia dolorosa y roja en el párpado, causada por una glándula infectada. Los orzuelos no son muy contagiosos. Sin embargo, una vez que su hijo haya tenido un orzuelo, será más propenso a contraer otro.

Signos y síntomas

- Protuberancia roja y dolorosa en el párpado
- Dolor alrededor del ojo
- Inflamación alrededor del ojo
- Enrojecimiento del párpado

Tratamiento

Para aliviar el dolor y la molestia de un orzuelo, coloque una compresa tibia sobre el párpado tres a cuatro veces al día hasta que los signos de infección desaparezcan. Los antibióticos no suelen ser efectivos para tratar un orzuelo.

Llame al pediatra si el tratamiento de compresas tibias no surte efecto.

En algunos casos, se refiere al niño a un oftalmólogo para que le erradique el orzuelo quirúrgicamente.

Infecciones de las vías urinarias

Las infecciones de las vías urinarias ocurren cuando una bacteria infecta el aparato urinario. El aparato urinario comprende los riñones, los conductos que unen los riñones y la vejiga (uretra) y la vejiga. Este tipo de infección se puede presentar desde los años de la infancia hasta la adolescencia y la edad adulta. El pediatra de su hijo solicitará una muestra de orina para hacer un examen y definir su causa antes de recomendar el tratamiento con antibióticos.

Signos y síntomas

- Micciones frecuentes con ardor y dolor
- Fiebre
- Vómitos
- Dolor de estómago
- Dolor de espalda
- Orina de mal olor

Tratamiento

Las infecciones de las vías urinarias se tratan con antibióticos. Cerciórese de darle al niño toda la medicina para evitar que la infección regrese.

Llame al pediatra si:

- la orina del niño luce rosada, roja o marrón.
- el niño tiene fiebre por encima de 101 °F (38.3 °C).
- el niño tiene un dolor de espalda fuerte.
- el niño no muestra una mejoría después de dos días de iniciada la terapia de antibióticos.

Vómitos y diarrea

Los vómitos y la diarrea suelen deberse a virus que infectan los intestinos, pero a veces se deben a bacterias. Por lo general duran de uno a dos días, pero en algunos casos pueden persistir hasta por una semana.

Signos y síntomas

- Deposiciones frecuentes e incontrolables de consistencia aguada
- Vómitos
- Dolor de estómago, cólicos
- Fiebre

Tratamiento

Si su hijo está vomitando, el pediatra podría recomendar que no le dé comida hasta que se le pasen los vómitos. Sin embargo, para evitar la deshidratación, es posible que recomiende darle al niño una solución de electrolitos de venta en las tiendas. Para los niños en edad escolar, el pediatra podría sugerir bebidas deportivas sin cafeína y bajas en azúcar. A los niños menores de dos años no se les debe dar medicinas para la diarrea, a menos que el pediatra lo indique. Si su hijo tiene una infección bacteriana que está provocando vómitos o diarrea, es posible que le receten antibióticos.

Llame al pediatra si su hijo tiene cualquiera de estos signos de deshidratación:

- hay sangre o mucosidad en las deposiciones.
- no tiene lágrimas.
- el pañal está seco o no orina por seis horas.
- tiene la boca, piel o labios secos.
- tiene los ojos hundidos.
- hay una disminución de su vivacidad habitual.
- tiene hundimiento en la zona blanda de la cabeza (en los infantes).
- tiene fiebre alta.

La mayoría de los casos de deshidratación leve se pueden tratar dándole líquidos al niño. Sin embargo, si la deshidratación es severa, es posible que se le deban suministrar fluidos especiales mediante una sonda intravenosa. Para reducir el riesgo de deshidratación, no tarde en llamar al pediatra si el niño tiene vómitos o una diarrea que persiste.

Nota: Los productos se mencionan sólo con fines informativos y no implican el respaldo de la Academia Americana de Pediatría.

No deberá usarse la información contenida en esta publicación a manera de sustitución del cuidado médico y consejo de su pediatra. Podría haber variaciones en el tratamiento, las cuales su pediatra podría recomendar, en base a los hechos y circunstancias individuales

De parte de su médico

American Academy
of Pediatrics



DEDICATED TO THE HEALTH OF ALL CHILDREN™

La Academia Americana de Pediatría es una organización de más de 60,000 pediatras de cuidado primario, subespecialistas pediátricos y especialistas quirúrgicos de pediatría dedicados a la salud, seguridad y bienestar de los infantes, niños, adolescentes y adultos jóvenes.

Academia Americana de Pediatría
Sitio electrónico en la red Internet: www.aap.org

Derechos de autor © 2005
Academia Americana de Pediatría, Actualizado en 4/08
Todos los derechos reservados.