

# escola de pais

O PROFESIONAL AO RESCATE



**Olga Fernández**  
Coordinadora de Urgencias  
Pediátricas en Cosaga



## EL MÉDICO HABLA

# Dudas ante la vuelta al cole

**EL REGRESO DE LAS AULAS** en tiempos de pandemia y las preguntas de los padres

Con la vuelta al cole, los padres nos consultan sus dudas:

**¿Podemos estar tranquilos llevándolos al colegio? ¿Es recomendable?**

Sin duda, no solo es recomendable, sino necesario. La vuelta al colegio de manera presencial, es muy importante para favorecer el aprendizaje, el desarrollo emocional y las relaciones sociales. Deben relacionarse con otros niños y sus profesores.

**¿Sería mejor evitar el comedor escolar?**

Los profesores han realizado un gran esfuerzo en adaptar los comedores a la situación actual. Enseñarles a no compartir alimentos, ni utensilios. Que sean siempre grupos fijos. Además de las normas higiénicas que ya conocemos.

**¿Y pueden visitar a sus abuelos?**

Los niños que están sanos pueden visitar a los abuelos sin ningún tipo de problema. Tanto los abuelos como personas que tengan factores de riesgo, tienen que protegerse y optar para estar con sus nietos con actividades al aire libre y evitar las largas comidas familiares dentro de la casa. Pero si dejar claro que si enferman no les pueden cuidar los abuelos.

**¿Es cierto que los niños contagian menos?**

Todos los estudios realizados hasta ahora coinciden en que conta-

gian menos que los adultos. Los últimos estudios realizados en España es que contagian 6 veces menos. Aunque los datos son cambiantes. Desde que comenzó el curso los casos de contagio fueron mínimos. Ya se había comprobado en otros países de la UE que comenzaron antes el curso escolar.

**Mis hijos tienen fiebre y bronquitis en invierno, ¿cómo puedo distinguir el Covid de un simple catarro?**

Los procesos virales del otoño que tienen más impacto en la población infantil como la gripe o la bronquiolitis, presentan síntomas similares, al igual que el catarro común. Ante la duda, con síntomas leves lo mejor es quedarse en casa, siempre siguiendo las recomendaciones de su pediatra.

**¿Si tiene mocos puede ir al colegio?**

Síntomas como la mucosidad o congestión nasal, febrícula, típicos de un resfriado, aunque no estén relacionados expresamente con el Covid, han sido incluidos como causa para no ir al colegio. También decir que los procesos respiratorios disminuyen con el lavado de manos y uso de mascarillas.

**¿Qué hago si mi hijo tiene fiebre?**

Lo mismo que hacía antes de este virus. Si tiene buen estado general, está contento, juega y tiene apetito, mantenerlo en casa en observación. Si dolor de cabeza, fiebre o malestar, dar un antitér-

mico. Desabrigar y dar abundantes líquidos. Si empeora, llamará o acudirá a su pediatra.

**¿A partir de que temperatura se considera fiebre?**

A partir de 37,5° axilar o 38° rectal.

**¿Cuándo puede volver al colegio después de gripe o catarro?**

Una vez descartado que no tenga Covid a las 24 horas desde que desaparezcan los síntomas.

**¿Qué ocurre con los niños que tienen enfermedades crónicas?**

La AEP afirma que no hay evidencia científica suficiente que asegure con estos niños no puedan ir a pesar de la situación epidemiológica actual, Salvo patologías graves.

**¿Los niños asmáticos tienen más riesgo?**

Hay estudios recientes que no mostraron relación con el asma. Los pacientes que estén con tratamiento de mantenimiento para el control de su asma continúen con él. Pueden utilizar aerosoles con cámara, pero no nebulizadores eléctricos, que pueden favorecer la propagación del virus.

**Si tienen sobrepeso, ¿es un factor de riesgo?**

No. Cerca del 40% de los niños en España tienen sobrepeso. Hasta el momento, sabemos que la obesidad es un factor de riesgo en los adultos. Pero sobrepeso y obesidad son términos distintos.

**¿Qué otras medidas debemos tener con los niños además de las que ya sabemos?**

Cuidar la nutrición y otros hábitos de vida es fundamental. Son la mejor garantía para el funcionamiento de nuestro sistema inmunitario. Ventilar mucho. Usar pañuelos desechables y tocarse los ojos con los codos.

**¿Qué pasará cuando se conozca algún caso de niños en el colegio?**

Solo deben hacer confinamiento, los contactos estrechos del caso positivo y no los contactos de contactos. Es decir si en la clase hay un positivo, aislarán a toda la clase. Al ser un menor, un adulto se tiene que hacer cargo de cada niño. Pero eso no quiere decir que

el resto de familiares del niño se tengan que quedar en casa, porque son contactos de contactos. Solo tendrá que confinarse toda la familia si le diese el test positivo por coronavirus.

**¿Cuándo debe hacerse una PCR?**

Para pedir una PCR tienen que tener un cuadro respiratorio, especialmente, tos, fiebre y dificultad respiratoria. Y por supuesto en niños que han estado en contacto directo con personas enfermas. La agilidad en las pruebas podría evitar aislamientos y bajas laborales. Ahora existe la posibilidad de hacer PCR para los 3 virus más importantes, lo que facilitaría mucho el diagnóstico y manejo del Covid.

**Entonces, ¿podemos estar tranquilos?**

El 99% de los niños son asintomáticos o presentan síntomas muy leves que pasan desapercibidos. Los positivos entre la población pediátrica representan un porcentaje bajo.

