

Por ello, no hay que olvidar:

2 Evitar totalmente la exposición del bebé al humo del tabaco durante y después de la gestación, y preservarlo de los ambientes cargados.

4 Evitar el contacto físico del bebé con otros menores o familiares enfermos.

5 Mantener alejado al bebé del contacto con personas con resfriado o fiebre.

7 Utilizar material de higiene específico distinto al de los mayores.

10 Para los bebés más vulnerables (prematuros, bebés con cardiopatías congénitas o enfermedad respiratoria crónica), existe un tratamiento preventivo que incrementa las defensas frente al VRS. En caso de que su médico le haya indicado dicho tratamiento, mantenga sus indicaciones.

1 Lavarse las manos antes de tocar al bebé en periodos epidémicos.

3 Evitar entornos cerrados y potencialmente contagiosos (aglomeraciones).

6 Utilizar pañuelos desechables y tirar inmediatamente los usados.

8 Lavar bien todos los enseres: vasos, cucharas, platos, chupetes y biberones.

9 Limpiar a fondo los juguetes y no compartir aquellos que hayan sido tocados por otros bebés o mayores enfermos, durante el periodo contagioso.



Cómo

La Bronquiolitis

prevenir

La Bronquiolitis

Es una infección vírica aguda del tracto respiratorio inferior que afecta a lactantes y bebés. Se caracteriza por dificultad para respirar y sibilancias audibles. Es una enfermedad infecciosa, siendo la causa más frecuente el virus llamado Virus Respiratorio Sincitial (VRS), y es altamente contagiosa. Su contagio puede producirse a través de la tos, el contacto con las manos... Los meses de otoño a primavera son los más propicios para el contagio del VRS, por lo que es el periodo en que se debe extremar la precaución.

La bronquiolitis puede presentarse con diferentes grados de afectación, desde episodios transitorios leves o moderados, hasta en algunos niños aparecer complicaciones severas con dificultad respiratoria grave de vía aérea inferior, precisando atención urgente.

¿Qué incidencia tiene?

Suele aparecer en epidemias, principalmente en menores de 18 meses de edad, con incidencia máxima en lactantes menores de 6 meses. Aproximadamente, 2/3 de los bebés se infectan por VRS durante su primer año de vida y el 90% se infectan una o varias veces antes de los 2 años.

¿Cuáles son los síntomas?

Los días previos, el bebé suele tener un catarro de vías altas (resfriado) y posteriormente se desarrolla la bronquiolitis, siendo los síntomas variables para cada bebé. Típicamente presenta dificultad para respirar (fatiga) y a veces se oyen pitos (sibilancias). La frecuencia respiratoria aumenta y puede comer menos. Incluso algunos menores presentan otitis asociada. No suele haber fiebre, y si se presenta, ésta es moderada (38-39 °C). Por lo general, la enfermedad puede durar entre 7 y 32 días, aunque la media de duración suelen ser 15 días.

Si observa cualquiera de esos síntomas acuda a urgencias:

- Pausas respiratorias.
- Dificultad para la ingestión de líquidos y alimentos.
- Color azulado de piel y mucosas (mirar los labios).
- Vómitos frecuentes, mal estado general, gran irritabilidad, somnoliento.
- Respiración agitada y/o presencia de pitos ó sibilancias.

Recomendaciones frente a la bronquiolitis

- Acudir al pediatra y seguir sus indicaciones.
- Si hay fiebre se tratar con las medidas y antitérmicos habituales.
- La fase más crítica suele ser las primeras 48 a 72 horas.
- Elevar la cabecera de la cuna y mantenerle boca arriba.
- Limpieza para descongestionar la nariz, mediante lavados con suero fisiológico y aspiración de las secreciones.
- Hidratación y alimentación, con tomas pequeñas y frecuentes.
- Evitar la exposición al humo del tabaco y mantener una temperatura alrededor de 20°
- Mantener al niño en casa durante el proceso.
- Lavado de manos, uso de mascarillas, de batas y limitación de visitas.
- Para los bebés más vulnerables de padecer bronquiolitis graves, (bebés prematuros, bebés con cardiopatías congénitas, o bebés con enfermedad respiratoria crónica) existe un tratamiento preventivo, sólo a través del ámbito hospitalario. Es fundamental seguir las indicaciones de su médico.

Para más información: <http://www.se-neonatal.es>



Para más información

CONSULTE A SU PEDIATRA