

## Cuando tu hijo se enferma – información para padres

### När barnet är sjukt – föräldrainformation

Los niños pequeños a menudo están enfermos. Hasta los 4 años de edad, los niños tienen como media 6-8 infecciones en las vías respiratorias cada año. Las infecciones ayudan a los niños a fortalecer sus defensas. La transmisión de infecciones no se puede evitar totalmente en los grupos de niños pequeños, pero se puede reducir. Como padre uno debe estar preparado para quedarse en casa con su hijo varias veces por semestre para que las infecciones se curen y para disminuir el riesgo de contagio a otros niños.

El estado general del niño, esto es, si tiene fuerzas para participar en las actividades de la guardería, es un factor decisivo para determinar si el niño puede estar en la guardería. Cuando el niño está en casa, los padres tal vez no noten que el niño no está bien, pero en la guardería entre los otros niños y adultos y con las diferentes actividades, el personal nota si el niño no tiene fuerzas para participar como de costumbre. Si el niño se cansa demasiado, no come y/o no duerme, no se concentra o si de alguna otra forma muestra que no tiene fuerzas, es importante que los padres lo vayan a buscar a la guardería lo antes posible y lo lleven a casa. El personal está acostumbrado a ver cómo funciona el niño en el ambiente de la guardería. Por lo tanto, en caso de duda sobre el estado general del niño, debe primar la apreciación del personal.

Si los padres no están seguros de si el niño puede asistir a la guardería, deberán llamar a la guardería a preguntar. Para asesoramiento médico, llama al centro de salud o al 1177.

#### Reglas generales para saber si debes quedarte en casa con tu hijo:

- *Si hay fiebre.* El niño debe haber estado sin fiebre al menos 24 horas (sin antipiréticos) antes de ir nuevamente a la guardería.
- *Si hay cansancio.* Quédate en casa con tu hijo cuando está tan cansado que no puede participar en las actividades normales de la guardería, por ejemplo cuando no haya podido dormir porque tosió durante la noche.
- *En caso de diarrea y/o vómitos.* Quédate en casa hasta que el niño no haya vomitado ni haya tenido diarrea líquida durante al menos 48 horas y pueda comer normalmente.
- *Si hay otra enfermedad infecciosa* p.ej. impétigo. Quédate en casa hasta que las ampollas hayan secado.
- *En caso de tratamiento con antibióticos.* Quédate en casa hasta que el estado general, fiebre, etc. se hayan normalizado, y que se hayan cumplido un mínimo de dos días completos de tratamiento. Son los padres quienes deben administrar los antibióticos y otros medicamentos puntuales.

Las rutinas, como el comer y dormir con regularidad, son un requisito para que los niños se sientan bien. La actividad física, preferentemente al aire libre, es tanto divertida como saludable para los niños. Las mantitas, animales de peluche y objetos similares que los niños lleven a la guardería deben poder lavarse.

Lavarse las manos y toser/estornudar en el pliegue del codo son parte de las recomendaciones higiénicas que se aplican en la guardería. El personal de la guardería tiene una visión global sobre la situación de infecciones entre los niños y puede determinar cuándo se deben extremar las rutinas de higiene en la guardería.

**Para más información**

- Por ejemplo qué se debe hacer si el niño tiene dolor de garganta u oídos, consultar: [www.1177.se](http://www.1177.se)
- El libro de la Dirección Nacional de Sanidad y Bienestar Social (Socialstyrelsen) *Smitta i förskolan*, ver: [www.folkhalsomyndigheten.se](http://www.folkhalsomyndigheten.se)

He leído: Fecha: ..... Firma: .....