

RECOMENDACIONES PARA PADRES Y CUIDADORES DE NIÑOS Y ADOLESCENTES CON CÁNCER DURANTE LA PANDEMIA POR CORONAVIRUS COVID-19



PERÚ

Ministerio
de Salud



OPS

EL PERÚ PRIMERO

RECOMENDACIONES **PARA PADRES Y CUIDADORES DE** **NIÑOS Y ADOLESCENTES CON CÁNCER** **DURANTE LA PANDEMIA POR CORONAVIRUS** **COVID-19**

Este folleto informativo acerca del coronavirus (COVID-19), está elaborado especialmente para ti que estás a cargo del cuidado de un niño o adolescente con alguna enfermedad oncológica o hematológica. ¹

Al tener un sistema de defensas debilitado por el tratamiento y enfermedad, ellos se encuentran más expuestos a las complicaciones que trae este virus y comprendemos que como madre, padre o cuidador, puedes tener muchas preguntas al respecto y es importante que cuentes con información adecuada que te permita saber qué hacer y cómo acompañar al menor a cargo en esta especial situación.

¹ Todos los tipos de neoplasias malignas o enfermedades que reciban o hayan recibido tratamientos oncológicos como quimioterapia, terapias biológicas, radioterapia o trasplante de médula ósea, así como enfermedades hematológicas que condicionen inmunosupresión como aplasias medulares, inmunodeficiencias y mielodisplasias, en pacientes de 0 a 17 años de edad.

¿Qué es el coronavirus (COVID-19)?

El **Coronavirus (CoV)** son una amplia familia de virus que pueden causar diversas afecciones, desde el resfriado común, hasta infecciones respiratorias graves.



¿Cómo puedo prevenir que mi niño o niña se contagie de coronavirus?

- 1** Lávese las manos y las de su niño con frecuencia durante 20 segundos, utilice agua y jabón o desinfectante de manos (con alcohol al menos del 60%) especialmente antes de comer, tocar su rostro o luego de tocar superficies exteriores como manijas, llaves, celulares y después de ir al baño.
- 2** Cúbrase, usted y su niño, la boca y nariz con el antebrazo al toser o estornudar y limpiar las secreciones con papel desechable. Eliminar los papeles en un tacho cerrado.
- 3** Mantenga el distanciamiento de al menos 1 metro entre las personas.
- 4** Evite el contacto con personas que estén tosiendo o estornudando.
- 5** Evite que usted o su niño estén en contacto con otras personas (vecinos, visitas familiares, etc).
- 6** Consulte al médico sobre la necesidad de colocarse la vacuna de gripe estacional (influenza).

- 7** Cumpla con las disposiciones que brindan las autoridades sobre quedarse en casa.
- 8** Procure la desinfección de las envolturas de los alimentos que se compran en el mercado o supermercados con una solución simple de agua con lejía (una cuchara -10ml- de lejía por litro de agua) a fin de mantener la inocuidad de los alimentos.
- 9** Procure, en la medida de lo posible, que el paciente pueda tener una habitación aislada al resto de la familia si en caso existiesen personas que por necesidad si tengan que estar saliendo a la calle.
- 10** Evite por este período el uso de juguetes de difícil limpieza como son los peluches. Procure la limpieza de los juguetes por lo menos cada tres días con una solución simple de agua con lejía (una cuchara -10ml- de lejía por litro de agua).

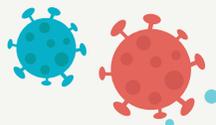


¿Mi niño o niña está en más riesgo de tener complicaciones por una infección por COVID-19?



- **Sí.** Si bien los niños, de manera general, parecen ser los menos afectados frente al coronavirus, se conoce que las personas con el sistema inmunológico debilitado, como es el caso de pacientes oncológicos, presentan mayor riesgo de complicaciones graves si llegan a adquirir la enfermedad. Por ello, es fundamental tomar todos los cuidados necesarios para evitar la exposición al virus, o de haber síntomas, solicitar atención inmediata.

¿Mi niño o niña debe ponerse mascarilla?



Sí. Según las disposiciones del Gobierno del Perú el uso de mascarilla aplica para todos los niños y adultos que transiten en la vía pública.

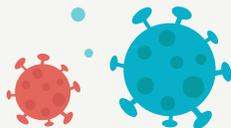


Uso correcto de la mascarilla:

Cúbrase la boca y la nariz con la mascarilla y asegúrese de que no haya espacio entre su cara y la mascarilla.

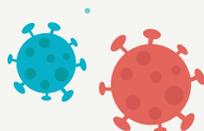


¿Cuáles son los síntomas de COVID-19?



Los síntomas principales son: **TOS, FIEBRE, MALESTAR GENERAL, DOLOR DE GARGANTA Y DIFICULTAD PARA RESPIRAR.** Sin embargo, algunas personas infectadas no presentan síntomas y a pesar de ello, pueden contagiar a los demás.

¿Qué debo hacer si mi niño o niña presenta síntomas del COVID-19?



Si tiene fiebre, tos y dificultad para respirar, busque atención médica urgente, puede consultar a su médico o a la emergencia del hospital que atiende a su niño.

Además llame con anticipación al **113** desde su teléfono fijo o móvil (WhatsApp : 952842623) o al correo **infosalud@minsa.gob.pe** y siga las instrucciones.



¿Cómo me lavo las manos?



Quita los objetos de las manos y muñecas.



Mójate las manos con suficiente agua.



Frota tus manos con jabón mínimo 20 segundos.



Enjuaga tus manos con abundante agua (de preferencia a chorro).



Seca tus manos con papel toalla o una toalla limpia.

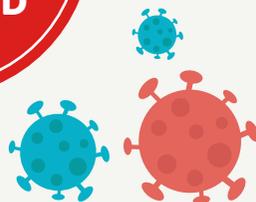


Cierra el caño con el papel o toalla que acabas de usar.



Elimina el papel o extiende la toalla para ventilarla

Para más información llama gratis al 113 SALUD



¿Qué puedo hacer si tengo que transportarme con mi niño o niña para su tratamiento?



Mientras se están transportando, todos los padres y cuidadores deben seguir medidas de higiene estrictas como: lavarse las manos con frecuencia, utilizar alcohol gel y toallitas húmedas, cubrirse al toser o estornudar y evitar el contacto con personas que tengan tos o resfriado. Si viaja en transporte público, limpie el asiento y superficies que toque su niño, así como las llaves, celulares y otros objetos que su niño pueda manipular.



¿Cómo impacta emocionalmente a los niños el período de aislamiento por la pandemia?

Esta situación demanda múltiples cambios en la rutina, organización familiar, así como alterar espacios de juego y socialización en los niños. En ese sentido, los niños pueden tener mucha dificultad en comunicar con palabras la gama de emociones que están sintiendo y lo expresan mediante sus conductas; algunas de las cuales pueden ser las siguientes:

- **Cambios súbitos de humor en cortos periodos de tiempo** como un intento de regularse internamente y adaptarse a los continuos cambios.
- **Incremento de rabietas y llanto** como expresión de frustración, miedo y búsqueda de seguridad o consuelo.
- **Mayor demanda de atención de los padres** como un intento de sentirse más protegidos y acompañados.
- **Dificultades para dormir, como pesadillas, pavores nocturnos o insomnios**, como expresión de miedos no procesados o liberados en vigilia.
- **Aumento de las discusiones o riñas con los hermanos** como medio de descarga de frustraciones o intentos de sentirse más fortalecidos.
- **Dificultad por estar quieto, necesitar moverse constantemente**, el movimiento más intenso surge frente a la necesidad de liberar las emociones y regularse internamente.

¿Cómo podemos acompañar a los niños frente a esta experiencia?



- **Ayudándole a identificar las emociones que está sintiendo, haciéndoles saber que son válidas e importantes.**
- **Estableciendo nuevas rutinas, pues les permite ganar seguridad y tranquilidad, sabiendo siempre lo que va a ocurrir después.**
- **Destinando espacios y tiempo para el juego (juegos de mesa, de movimiento u otros) ("chapadas", "escondidas", "charada", etc) les permitirá distraer la atención del miedo, conectarse con emociones positivas y fortalecer los vínculos en familia.**
- **Fomentando el sentido de comunidad y solidaridad a través de brindar ayuda o participar en actividades como los aplausos de las 8:00 p.m., por ejemplo.**
- **Evitando el uso de pantallas y exposición a noticias dos horas antes de dormir.** Ello lo mantiene alerta y conectado a información que puede ser percibida como amenazante y dificultar conciliar el sueño.
- **Utilizando distintas técnicas gráficas, plásticas y/o musicales para que los niños puedan expresar sus emociones.**
- **Manteniendo contacto virtual con los abuelos, primos, tíos y amigos de la escuela, a través de llamadas o videollamadas.** Y en el caso de los albergues, manteniendo la comunicación virtual con los voluntarios o familiares que se encuentran en otra casa o ciudad.

Esperamos que estas recomendaciones y orientaciones les puedan ayudar. Recordemos que la comunicación alegre, abierta, amable, tolerante y basada en la verdad con los niños y con todos los integrantes de la familia, es nuestra mejor herramienta para acompañarnos en esta situación y mantener un ambiente familiar saludable y productivo.

CUIDÁNDOME PUEDO CUIDAR A MI NIÑO O NIÑA.

TELÉFONOS DE EMERGENCIA

Línea de consulta: 113

WhatsApp: 952842623

Línea de consulta Essalud: 107

Atención médica móvil SAMU: 106

Atención médica móvil Essalud: 117

Policía Nacional del Perú: 105

Bomberos: 116

**Instituto Nacional de Enfermedades Neoplásicas
(INEN): 201-6500**

**Instituto Nacional de Salud del Niño -
San Borja: 230-0600**

Essalud: 411-8000

En colaboración con:



Este documento ha sido elaborado en el marco de la Iniciativa Global contra el Cáncer Infantil de la Organización Mundial de la Salud (OMS) en Perú



PERÚ

Ministerio
de Salud



OPS

EL PERÚ PRIMERO