

¿Qué es el rotavirus?

El rotavirus es un virus que causa vómitos y diarrea (deposiciones acuosas). Los bebés y los niños pueden enfermarse rápidamente porque pueden perder mucho líquido corporal. Un niño con vómitos, diarrea y fiebre puede deshidratarse enseguida.

- El virus se encuentra en las heces (deposiciones), que pueden ser acuosas, verdes y malolientes.
- El virus puede estar presente en las heces del niño entre 1 y 3 días antes de enfermarse. Puede estar enfermo de 3 a 7 días.
- El rotavirus afecta a personas de todas las edades. Suele ser peor en niños de entre 3 y 36 meses de edad.

¿Qué puedo hacer para que no se propague el rotavirus?

El rotavirus se transmite por las heces. El virus también puede vivir en los juguetes y las superficies duras. El rotavirus es muy contagioso (se transmite con facilidad de una persona a otra). Para evitar la propagación del rotavirus:

- Lávese bien las manos con agua y jabón durante al menos 20 segundos (sobre todo después de cambiar pañales).
- Deseche los pañales sucios de inmediato.
- Limpie los juguetes con agua y jabón.
- Limpie las superficies duras con desinfectante.

¿Qué puedo hacer para prevenir el rotavirus?

Su bebé puede recibir una vacuna que ayuda a prevenir el rotavirus. Hable con el médico de su hijo sobre esta vacuna.

- La vacuna se administra por vía oral (para que el bebé la trague).
- Esta puede prevenir la enfermedad en un 98 por ciento de las veces.
- Los bebés que reciben la vacuna tienen menos probabilidades de tener que ir al hospital.

¿Cuál es el tratamiento para el rotavirus?

El objetivo del tratamiento es evitar que su niño se deshidrate. Estas son algunas pautas generales a seguir:

- Si su hijo debe permanecer en el hospital, tal vez necesite líquidos por vía intravenosa (IV). Esto ayuda a recuperar parte del agua y los electrolitos que perdió. Los líquidos intravenosos también permiten que el estómago de su hijo descanse por un tiempo.
- Su hijo no recibirá antibióticos porque el rotavirus es causado por un virus, no una bacteria.

Si tiene alguna preocupación urgente o una emergencia, llame al 911 o vaya de inmediato a la sala de urgencias más cercana.

Rotavirus, continuación

¿Cuál es el tratamiento para los vómitos?

El objetivo del tratamiento es evitar que su niño se deshidrate. Estas son algunas pautas generales a seguir:

- Después de vomitar, algunos niños necesitan descansar el estómago por un rato (entre 15 y 30 minutos). Si este es el caso de su hijo:
 - Permita que su estómago descanse entre 15 y 30 minutos, después de vomitar **solo la primera vez**. A continuación, trate de darle pequeñas cantidades de **líquidos transparentes** (1 cucharadita cada 5 minutos), durante 20 o 30 minutos.
 - Si su hijo tolera los líquidos, aumente la cantidad a 2 o 3 cucharaditas cada 10 o 15 minutos.
 - Si su hijo tolera los líquidos, aumente la cantidad poco a poco.
 - Duplique la cantidad a cada hora hasta que su hijo esté tomando tanto como desee.
- Si el niño sigue vomitando mientras toma líquidos transparentes, dele menos cantidad, pero aumente la frecuencia. Después, empiece a aumentar la cantidad otra vez.
- Después de que su hijo pueda tolerar los líquidos transparentes durante 6 u 8 horas, empiece a darle poco a poco los alimentos que come habitualmente. Evite las comidas grasosas, fritas o condimentadas, como helados, papas fritas o pizza.
- Luego de entre 12 y 24 horas sin vomitar, vuelva poco a poco a su dieta habitual.
- No le dé Pepto Bismol, Immodium, Kaopectate ni otros medicamentos similares.

¿Cuáles son los líquidos transparentes?

Los líquidos transparentes que ayudan a reemplazar la sal y el azúcar en la cantidad correcta son:

- A los niños **menores de 6 meses de edad** se les puede dar Pedialyte, Liquilyte, Enfalyte o una marca comercial menos costosa.
- Para los niños **mayores de 6 meses de edad**:
 - Vierta una botella de 12 onzas de la bebida **Gatorade G2 Low Calories** (bajas calorías) en una jarra limpia. **No use otro tipo de Gatorade ni ninguna otra bebida deportiva.**
 - Llene la botella de G2 con 12 onzas de agua corriente. Añada esto a la jarra.
 - Agregue la medida **EXACTA** de un cuarto (1/4) de cucharadita de sal a la jarra. Use una cuchara de medir, no use una cuchara de cocina ni una cuchara de sopa. De ser posible, pídale a otro adulto que verifique la cantidad con usted. No debe usar ni muy poca ni demasiada sal.
 - Revuelva bien con una cuchara mezcladora.

Para los bebés menores de 12 meses de edad:

- No use **solo** agua si su bebé tiene menos de 12 meses de edad, a menos que el médico lo indique.
- Si su bebé toma fórmula: dele su fórmula habitual después de que pueda tolerar bien los líquidos claros durante 6 y 8 horas. Empiece poco a poco con pequeñas cantidades de fórmula.

Si tiene alguna preocupación urgente o una emergencia, llame al 911 o vaya de inmediato a la sala de urgencias más cercana.

Rotavirus, continuación

Para todos los bebés y niños:

- No le dé **solo** líquidos transparentes por más de 4 o 6 horas.
- No le dé bebidas dietéticas ni azucaradas como jugos de fruta, gelatina (Jello-O), paletas heladas (*popsicles*), granizados, ni gaseosas (refrescos). No les dé bebidas que contengan cafeína como refrescos (sodas) o té.
- Evite las bebidas de color rojo que pueden verse como sangre en las heces.

¿Qué hacer si mi bebé se alimenta de leche materna?

- Si su bebé vomita sólo 1 o 2 veces:
 - Continúe dándole el pecho.
 - Aliméntelo por menos tiempo, pero con mayor frecuencia que de costumbre.
 - Después de 4 horas sin vomitar, dele el pecho normalmente.
- Continúe alimentándolo por menos tiempo, pero con frecuencia. Si lo desea, puede extraerse la leche materna con una bomba que le ayude a medir la cantidad de leche que le da a su bebé.

¿Cuál es el tratamiento para la diarrea?

El objetivo del tratamiento es evitar que su niño se deshidrate. Estas son algunas pautas generales:

Dele más líquidos

Dele a su niño líquidos adicionales, pero sin dejar de darle su alimentación normal también. Ofrezcale líquidos cada vez que haga una deposición acuosa o líquida. La diarrea puede provocar mucha sed en los niños.

Los líquidos adicionales que ayudan a reemplazar la sal y el azúcar en las cantidades correctas son:

- Para los bebés **menores de 6 meses de edad**: puede usar Pedialyte, Liquilyte, Enfalyte o cualquier otra marca comercial menos costosa.
- Para los niños **mayores de 6 meses de edad**:
 - Vierta una botella de 12 onzas de la bebida *Gatorade G2 Low Calories* (bajas calorías) en una jarra limpia. **No use otro tipo de Gatorade® ni ninguna otra bebida deportiva.**
 - Llene la botella de G2 con 12 onzas de agua corriente. Añada esto a la jarra.
 - Agregue la medida **EXACTA** de un cuarto (1/4) de cucharadita de sal a la jarra. Use una cuchara de medir, no use una cucharita de cocina ni una cuchara de sopa. De ser posible, pídale a otro adulto que verifique la cantidad con usted. No debe usar muy poca o demasiada sal.
 - Mezcle bien con una cuchara mezcladora.

Para los bebés menores de 12 meses de edad:

- No use **solo** agua para los bebés menores de 12 meses de edad, a menos que el médico lo indique.

Si tiene alguna preocupación urgente o una emergencia, llame al 911 o vaya de inmediato a la sala de urgencias más cercana.

Rotavirus, continuación

Para todos los bebés y niños:

- No les dé bebidas dietéticas ni azucaradas como jugos de fruta, gelatina (Jell-O), paletas heladas (*popsicles*), granizados, ni refrescos (sodas). No les dé bebidas que contengan cafeína como té o refrescos (sodas).
- Evite las bebidas de color rojo que pueden verse como sangre en las heces.

Dieta para los bebés alimentados con leche materna:

- Dele pecho normalmente. Si esto hace que la diarrea empeore, llame al médico de su hijo.

Dieta para los bebés que comen alimentos sólidos o para niños:

- No les dé **solo** líquidos transparentes por más de 4 o 6 horas.
- Dele primero líquidos transparentes adicionales y los alimentos que suele comer.
 - Evite las comidas grasosas, fritas o condimentadas, como helados, papas fritas y pizza.
 - Evite las comidas y bebidas con mucho azúcar, como los caramelos y el Kool-aid.
- Agregue otras comidas a medida que la diarrea mejore. Si la diarrea empeora al aumentar la cantidad de leche o fórmula, llame al médico de su hijo.

Nota: si su niño también está vomitando, no le dé alimentos sólidos. Dele cantidades pequeñas de líquido con frecuencia, como se indicó anteriormente.

¿Cómo puedo cuidar la piel de mi hijo?

Higienice la piel de su hijo para mantenerla sana:

- Evite el uso de toallitas húmedas (*wipes*, en inglés).
- Con mucha suavidad limpie el área del pañal y las nalgas del bebé con agua y jabón. Seque la piel sin frotarla con una toalla limpia.
- Después de limpiarlo, aplíquelo una buena cantidad de ungüento a base de zinc, como Desitin, para que no esté en contacto con las heces.
- Después de cada cambio de pañal, lávese bien las manos y limpie la superficie donde cambió el pañal.

¿Cuándo puede regresar mi niño a la guardería o a la escuela?

Su hijo puede regresar a la guardería o a la escuela en los siguientes casos:

- No tuvo fiebre 24 horas después de haber suspendido los medicamentos tratarla.
- Las heces tienen la consistencia suficiente como para no salirse del pañal.
- Dejó de vomitar.

Informe a todas las personas que cuidan a su hijo que tuvo rotavirus. Recuerde a las personas encargadas de cuidarlo que se laven las manos con frecuencia, sobre todo después de cambiarle el pañal.

Si tiene alguna preocupación urgente o una emergencia, llame al 911 o vaya de inmediato a la sala de urgencias más cercana.

Rotavirus, continuación

¿Cuándo debo llamar al médico?

Llame al médico de su niño **de inmediato** si tiene uno o más de los siguientes síntomas:

- No sonríe ni juega, ni siquiera por unos minutos en lapsos de 4 horas.
- Tiene problemas para tolerar líquidos o vomita más de 8 veces en menos de 8 horas.
 - En los casos de bebés menores de 6 meses de edad: llame si los vómitos no mejoran en 12 horas.
 - En los casos de bebés mayores de 6 meses de edad: llame si los vómitos no mejoran en 24 horas.
- El vómito es de color verde.
- El vómito tiene sangre o un aspecto de borra de café.
- Observa sangre o moco en las heces (deposiciones).
- Dolor de estómago constante entre los episodios de vómito o las deposiciones flojas o acuosas.
- Dolor en el lado derecho del abdomen.
- Tiene signos de deshidratación:
 - Si es un bebé menor de 12 meses de edad y no ha orinado en 6 horas
 - Si es un niño mayor de 12 meses de edad y no ha orinado en más de 8 horas
 - No le salen lágrimas cuando llora
 - Tiene los ojos hundidos
 - Tiene los labios y la boca secos
- Dolor o llanto que se repiten con o sin vómitos.
- Parece estar respirando con dificultad o rápidamente, aún después de haber tratado la fiebre con medicamentos.
- Está débil, decaído o actúa como si estuviera enfermo.
- Si en 48 horas no vuelve a comer su dieta regular, sin grasa ni condimentos.
- Tiene fiebre de más de 102°F (grados Fahrenheit)

Llame también al médico si tiene alguna pregunta o inquietud sobre el aspecto de su hijo o cómo se siente.

Esta hoja informativa contiene sólo información general. Hable con el médico o con uno de los integrantes del equipo de atención médica sobre el cuidado específico de su hijo.