

Acompañar en cada paso

Guía para familiares de pacientes pediátricos en tratamiento oncológico

Información y consejos
para el acompañamiento
durante el tratamiento

HOSPITAL UNIVERSITARIO
AUSTRAL



Objetivo de la guía

Esta guía fue creada para acompañar a las familias y brindar consejos sencillos y útiles que les permitan sentirse más seguros en el cuidado y la protección del niño o adolescente durante y después del tratamiento oncológico.

Índice

Introducción 4

Trabajando con el equipo de salud 4

¿Qué estudios y procedimientos le realizaremos al paciente? 6

- Análisis de sangre 6
- Estudios de imágenes 8
- Procedimientos 9

Plan de tratamiento 10

- ¿Cómo se recibe la quimioterapia? 11
- Catéteres 12

Efectos adversos 16

Cambios en la apariencia 17

Cambios en la vida diaria 18

Infecciones 19

Vacunas 20

Familia y actividad social 20

Nutrición 22

- Buena nutrición y nutrición deficiente 22
- Alimentación durante el tratamiento 23
- Algunas recomendaciones y tips de alimentación segura 24

MUY IMPORTANTE 29

Introducción

El diagnóstico de cáncer en un niño puede ser difícil de asimilar.

Es inesperado y afecta tanto al paciente como a su familia.

RECUERDEN QUE:

- **No están solos**
  El equipo de salud y psicología los acompañará en cada paso del proceso.
- **Comprender lo que está sucediendo ayuda a disminuir la angustia**
  No se queden con dudas: siempre pregunten todo lo que necesiten.
- **El cáncer en la infancia es diferente al del adulto**
  La respuesta al tratamiento y la forma de transitarlo son diferentes, por eso es importante no compararlos.

Trabajando con el equipo de salud

Tanto vos, como mamá/papá/cuidador, y el equipo de salud trabajarán juntos en los próximos meses para lograr un mejor tratamiento.





FOCALIZARSE EN EL NIÑO

Nadie lo conoce mejor que su familia. Ustedes pueden contenerlo durante el tratamiento y aportar información valiosa sobre su estado físico y emocional al equipo de salud.



INFORMACIÓN ONLINE

La mejor fuente de información siempre será el equipo médico tratante, que podrá explicar la terminología y evacuar las dudas que vayan surgiendo al recibir la información. Si desean leer en internet, pidan asesoramiento para identificar sitios confiables y evitar la preocupación innecesaria.



INFORMACIÓN IMPORTANTE

Asegúrense de haber entendido lo explicado por el equipo. Preguntar varias veces no es una molestia, es esperable. Anoten las dudas para no olvidarlas en la consulta.



COMUNICACIÓN CON EL PEDIATRA DE CABECERA

El equipo de salud mantendrá contacto frecuente con su pediatra para mantenerlo actualizado.



SEGUNDA OPINIÓN

Es entendible que quieran buscar una segunda opinión médica. Infórmenlo al equipo tratante: ellos les brindarán los estudios e informes necesarios para poder realizar la consulta.



PRODUCTOS NATURALES

Algunas hierbas, vitaminas o remedios homeopáticos pueden interferir con la quimioterapia. Consulten siempre con el equipo tratante antes de administrar cualquier medicación.



SERVICIO SOCIAL
TU BRÚJULA Y APOYO DESDE EL INICIO DEL DIAGNÓSTICO

Desde el inicio, el equipo de Servicio Social acompaña a cada familia teniendo en cuenta su situación particular.

Un trabajador social realizará una evaluación inicial para conocer sus necesidades y orientarlos sobre trámites, cobertura médica y recursos disponibles.

También podrá ayudarlos a participar y a resolver dificultades relacionadas con el tratamiento. Además de orientarlos sobre los derechos contemplados en la Ley de Oncopediatría N.º 27.674, una legislación pensada específicamente para garantizar y proteger los derechos de niños y adolescentes en tratamiento oncológico.

¿Qué estudios y procedimientos le realizaremos al paciente?

Estos son los **estudios más frecuentes** en pacientes en tratamiento oncológico.

Cada caso es distinto: no todos los estudios son necesarios para todos los pacientes.

Preguntá siempre al equipo tratante cuáles se requieren en su situación.

Análisis de sangre

Estudios de imágenes

Procedimientos

1 ANÁLISIS DE SANGRE

Es un estudio muy frecuente y tiene varios objetivos:

Controlar glóbulos blancos, plaquetas y glóbulos rojos.

Evaluar la función de órganos como el riñón.

Detectar efectos del tratamiento quimioterápico.

Por eso, los médicos pueden solicitar análisis de sangre con frecuencia. **Preguntá siempre si el estudio necesita ayuno previo, ya que no todos lo requieren.**



HEMOGRAMA

El hemograma es el análisis más solicitado.

Incluye:

GLÓBULOS BLANCOS

> Defienden al organismo de las infecciones.
> Los neutrófilos son un subgrupo clave contra infecciones bacterianas.

Un recuento bajo de neutrófilos se llama neutropenia.

HEMOGLOBINA Y HEMATOCRITO

> La hemoglobina transporta oxígeno en los glóbulos rojos.
> El hematocrito indica qué proporción de la sangre está formada por glóbulos rojos.

Sirven para detectar anemia y decidir si se necesita transfusión.

PLAQUETAS

> Ayudan a coagular y frenar hemorragias.
> Cuando están bajas, aumenta el riesgo de sangrado.

Se evaluará la necesidad de transfusión si los valores son muy bajos



2

ESTUDIOS DE IMÁGENES

Pueden realizarse con o sin anestesia.

TOMOGRAFÍA

> Es un estudio que se puede pedir **para ver la extensión de una enfermedad o como control luego de un tratamiento.**

> Puede ser con o sin material de contraste (el contraste es un líquido que se pasa por una vía venosa y permite resaltar los tejidos del cuerpo afectados).

RESONANCIA MAGNÉTICA

> Las indicaciones son similares a la tomografía. Tiene **mejor definición sobre algunos tejidos.**

> Puede ser con o sin material de contraste.

CENTELLOGRAMA ÓSEO Y TOMOGRAFÍA POR EMISIÓN DE POSITRONES (PET)

> Son **estudios de medicina nuclear** que se utilizan para definir la extensión de enfermedad a los huesos (centellograma) o hacia otros tejidos (PET).



3

PROCEDIMIENTOS

PUNCIÓN LUMBAR

> Se realiza **generalmente bajo sedación.**

> **Permite evaluar si existen células malignas** al extraer una mínima cantidad del líquido que rodea el cerebro y la médula espinal.

> Según el tipo de cáncer, **puede requerirse en varias oportunidades durante el tratamiento**, ya que a través de esta vía también se puede administrar medicación.

PUNCIÓN ASPIRACIÓN DE MÉDULA ÓSEA (PAMO) O BIOPSIA DE MÉDULA ÓSEA

> También **se realiza bajo sedación.**

> Sirve **para detectar si hay células malignas** en la médula ósea.

> Se efectúa **a nivel de las crestas ilíacas** (huesos de la cadera).

> Puede ser necesaria **al inicio para el diagnóstico y luego para el monitoreo** de la enfermedad.

> Este procedimiento **se realiza por profesionales de Oncología en la Internación General Pediátrica o en el Hospital de Día Pediátrico.**

Plan de tratamiento

EL PLAN DE TRATAMIENTO DEPENDE DE:

El tipo de enfermedad y la etapa en que se encuentre al momento del diagnóstico.

La edad del niño

El estado de salud preexistente, que pueden modificar la elección del tratamiento.

El médico oncólogo entregará a la familia una **copia del plan de tratamiento**, que incluirá:

- Tipo de medicación
- Frecuencia de aplicación
- Procedimientos planificados
- Duración estimada del tratamiento

EL PLAN DE TRATAMIENTO PUEDE INCLUIR:

- cirugía
- quimioterapia
- radioterapia

En caso de requerir cirugía o radioterapia, tendrán entrevistas personales con los especialistas encargados de esos procedimientos.



ALGUNAS ACLARACIONES GENERALES SOBRE LA QUIMIOTERAPIA

¿CÓMO SE RECIBE LA QUIMIOTERAPIA?

Puede administrarse de dos maneras principales:

Por vena (endovenosa)
a través de una
vía o catéter

Por boca (oral)
en forma de cápsulas,
comprimidos o jarabes

- **Generalmente se da en ciclos:**
Un período de tratamiento seguido de un período de descanso.

- En la mayoría de los casos, **si el niño recibe quimioterapia endovenosa, necesitará un catéter.**



¿QUÉ ES UN CATÉTER?

Es una manguerita muy delgada colocada en una vena grande (central) que permite administrar quimioterapia, transfusiones y líquidos.

VENTAJAS

> Evita tener que pinchar una nueva vía cada vez.

> Tolera mejor el pasaje de la medicación que en venas periféricas (más pequeñas).

> Permite infusiones más rápidas y con menos irritación.

RIESGOS

> El más importante es la infección del catéter.
Más adelante nos referiremos a las medidas de cuidado necesarias.

> Otro de los riesgos es que se pueda esparcir la quimioterapia por fuera del catéter (lo llamamos extravasación).

CATÉTERES

Existen distintos tipos de catéteres que se colocan en venas centrales. Describiremos los dos catéteres más utilizados para la quimioterapia. Si el paciente necesita otro tipo, el equipo de salud lo explicará en detalle.

CATÉTER IMPLANTABLE (PORT-A-CATH)

- Es un dispositivo pequeño, redondo, similar a una tapita de gaseosa.
- El centro es de silicona y se coloca debajo de la piel mediante una cirugía menor.
- El portal se conecta a una vena central a través de una guía delgada.

CÓMO SE USA

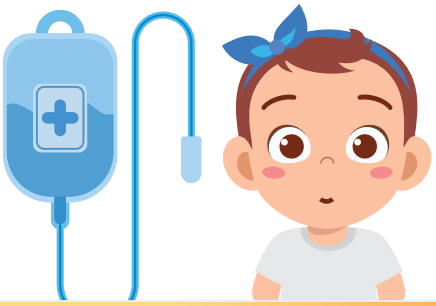
- No se utiliza de manera rutinaria para realización de laboratorios de sangre.
- La quimioterapia se administra a través de una aguja que se conecta al portal.
- Puede aplicarse una crema anestésica en la piel antes de colocar la aguja para reducir molestias.
- Cuando la aguja no está colocada, el catéter queda “deshabilitado” (no visible desde afuera).
- Cuando la aguja se coloca, el catéter está “habilitado” y listo para usar. La aguja se retira al finalizar el tratamiento o cada 7 días, lo que ocurra antes.

CUIDADOS

- Cuando la aguja no está colocada, el catéter permanece debajo de la piel y no necesita cuidados especiales para bañarse.

DURACIÓN

- Puede quedar colocado mucho tiempo, incluso varios años.



CATÉTER SEMI-IMPLANTABLE O TUNELIZADO

> Es una manguerita delgada y flexible que se coloca en una vena central, quedando una parte por fuera del cuerpo.

> Tiene una porción que pasa por debajo de la piel antes de salir al exterior (de ahí el nombre “tunelizado”).

CÓMO SE USA

> Permite administrar quimioterapia, medicación y realizar extracciones de sangre sin pinchazos repetidos.

> No necesita punciones en la piel cada vez que se utiliza.

CUIDADOS

> Como parte del catéter queda por fuera del cuerpo, requiere curaciones frecuentes y limpiezas regulares.

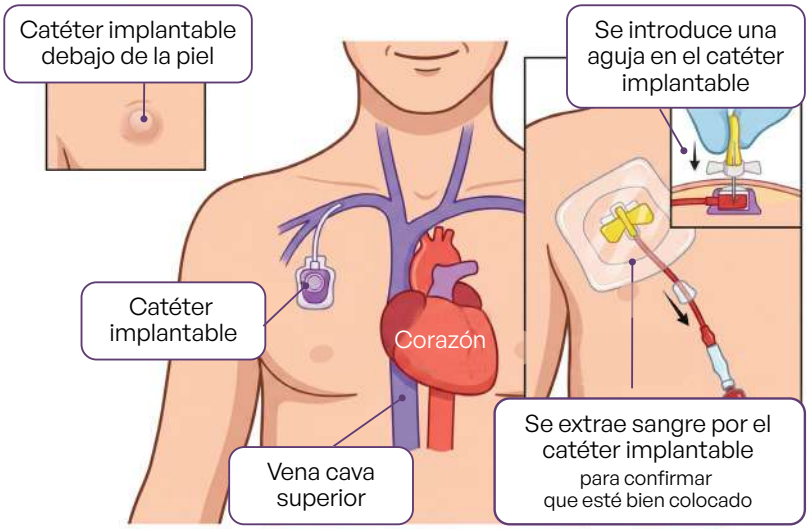
> Es importante mantener el área limpia y cubierta con apósitos.

> El equipo de salud les enseñará cómo cuidarlo para prevenir infecciones.

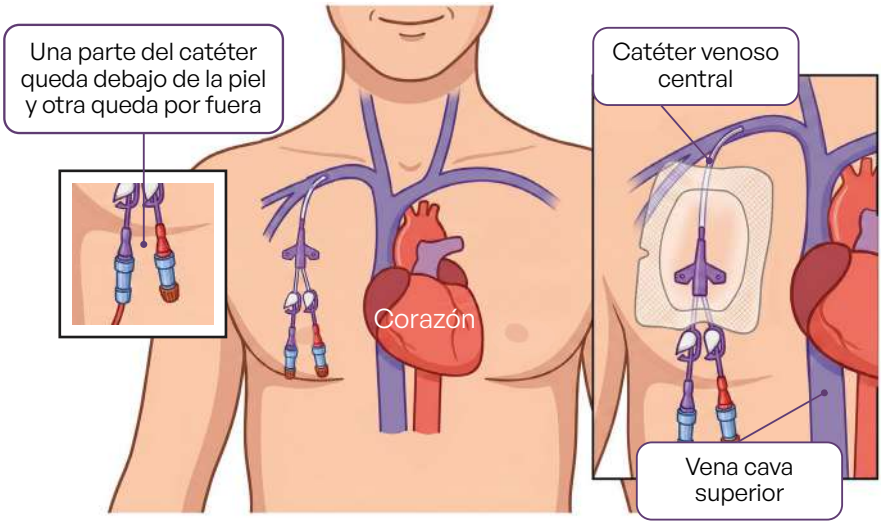
DURACIÓN

> Puede permanecer colocado durante largos períodos, siempre que funcione bien y no se infecte

CATÉTER IMPLANTABLE (PORT-A-CATH)



CATÉTER SEMI-IMPLANTABLE O TUNELIZADO



¿CÓMO CUIDAR EL CATÉTER?

El mayor riesgo de tener un catéter es la infección.



Es importante que conozcan el tipo de catéter que tiene el paciente y si cuenta o no con válvula (por ejemplo: catéter port-a-cath con válvula o sin válvula).

Esta información es fundamental para que el personal de Enfermería lo manipule correctamente.

MEDIDAS PRINCIPALES PARA PREVENIR INFECCIONES:

Solo el personal de salud puede tocar el catéter. Es muy importante que el niño sepa que ni él ni nadie de su familia puede tocarlo.

Siempre antes de manipular el catéter deberán **lavarse e higienizarse las manos.**

Una vez colocado el catéter, el equipo de Enfermería entregará al familiar responsable un **instructivo específico con los cuidados recomendados** para cada tipo de catéter.

Mirá el instructivo para padres/cuidadores en nuestro **canal de YouTube**

Padres colaborando con la seguridad

Efectos adversos

El tratamiento puede producir efectos adversos (no deseables). Algunos son frecuentes y otros son menos comunes. Pueden aparecer en cada ciclo o a largo plazo.

El equipo de salud siempre les informará cuáles son los efectos adversos que pueden presentarse y cómo se manejarán.



EFECTOS ADVERSOS QUE SE PRESENTAN CON MAYOR FRECUENCIA

MÉDULA ÓSEA

La médula ósea fabrica las células de la sangre:

Glóbulos blancos	Glóbulos rojos	Plaquetas
Defensa contra infecciones	Transportan oxígeno	Ayudan a la coagulación

Cuando la quimioterapia la afecta, aumenta el riesgo de:

- Infecciones
- Sangrados o hematomas
- Anemia

APARATO DIGESTIVO

- Disminución del apetito
- Náuseas y vómitos
- Constipación o diarrea
- Lesiones en boca o zona anal

ÓRGANOS

- Alteraciones en la función del hígado
- Alteraciones en la función del riñón
- Alteraciones cardíacas
- Alteraciones pulmonares

PIEL

- Cambios en la coloración
- Sequedad

CABELLO

- Caída



Cambios en la apariencia

El tratamiento puede implicar cambios en la apariencia del niño/a. Algunas medidas que ayudan:

CAÍDA DEL CABELLO

• Algunos tratamientos generan pérdida de pelo.

Puede ser útil:

- Prepararse con anticipación.
- Ofrecer un corte antes de que comience a caerse.
- Usar gorros que le resulten divertidos o que le gusten.

CAMBIO DE PESO

• El tratamiento puede producir aumento o descenso de peso. El equipo de salud controlará el peso durante el tratamiento.

Puede ser útil:

- Ajustar las dietas para minimizar estas variaciones.

Cambios en la vida diaria

EL COLEGIO

Durante el tratamiento es probable que el niño no pueda asistir al jardín o a la escuela.

El equipo cuenta con una psicopedagoga que puede ayudar a organizar la continuidad escolar y evitar la pérdida del año.



EL HOSPITAL

La internación puede ser difícil: es un lugar nuevo, con ruidos, rutinas y a veces procedimientos dolorosos.

Algunas recomendaciones para que sea más llevadera:

> Permitir **que el niño elija qué llevar:** música, fotos, juguetes.

> **Dejar que seleccione** su ropa, siempre cómoda.

> Ofrecer la posibilidad de ir a nuestra **Sala de Juegos Terapéutica**, un espacio creado para la distensión y el juego de los niños durante sus internaciones (cuando esté permitido por los médicos).



Infecciones

Las infecciones ocurren cuando un germen invade y se reproduce en el cuerpo. Los niños bajo tratamiento oncológico tienen mayor riesgo de padecerlas.

Aunque no es posible eliminar el riesgo por completo, existen medidas que ayudan a disminuirlo:



LAVADO DE MANOS

- Realizarlo el niño, la familia y todas las personas de su entorno.
- Usar agua y jabón o alcohol en gel.
- Hacerlo: antes y después de ir al baño o cambiar un pañal, antes de comer o cocinar, antes de tomar medicamentos y siempre que las manos estén visiblemente sucias.



HIGIENE Y CUIDADO PERSONAL

- Debe realizar un baño diario.
- El uso de su toalla es personal.
- Mantener la higiene dental (consultar si conviene cepillo o enjuague).
- Usar las uñas siempre cortas y limpias (pero no redondear los extremos al cortarlas, porque puede predisponer a infecciones).

No se recomienda depilación en niñas ni afeitado en niños.



USO DEL BARBIJO

- Indicado en el hospital y en el transporte público.
- No es necesario en casa ni en la habitación durante la internación.

Las infecciones durante un tratamiento oncológico se consideran EMERGENCIAS MÉDICAS.



Vacunas

El niño debe ser evaluado por un especialista en infectología infantil.

Solicitaremos el carnet de vacunas y revisaremos la necesidad de aplicarlas antes de comenzar el tratamiento.

Una vez iniciado, el plan de vacunación se ajustará según la edad y el tipo de tratamiento recibido.

IMPORTANTE: siempre consulten con el equipo tratante antes de aplicar o rechazar una vacuna.



En los contactos convivientes:

- Algunas vacunas no deben aplicarse (por ejemplo: rotavirus).
- Otras están indicadas para proteger al niño (por ejemplo: varicela, antigripal, tos convulsa, sarampión, rubéola, paperas, etc.).

Por eso **es fundamental la consulta del grupo familiar** con Infectología.

Familia y actividad social

> **Los hermanos que concurran al jardín o colegio** deben lavarse las manos y cambiarse la ropa antes del contacto.

> **Mantener la basura en bolsas** dentro de tachos con tapa hermética y retirarla regularmente.

> **Evitar** alfombras, cortinas pesadas, tapizados, obras de construcción y movimientos de muebles.

> **La limpieza debe hacerse con paños húmedos.** Se pueden usar aspiradoras con filtro HEPA.



> **Evitar barrer o sacudir** dado que se levanta polvo.



> **El niño no debe permanecer** en la habitación durante la limpieza.



> **Ventilar las habitaciones** diariamente. Mantener la calefacción y refrigeración en buen estado.



> **Limpiar filtros** de aire acondicionado y ventiladores con frecuencia.



> **Si ya existe una mascota en el hogar no es necesario retirarla.**
- Se permiten gatos o perros.
- No se recomiendan tortugas, reptiles, aves ni mascotas exóticas (riesgo de enfermedades).
- Deben estar vacunados, desparasitados, bajo control veterinario y preferentemente fuera de la casa.
- Alimentarlos solo con alimento balanceado.



> **La actividad social estará restringida, no prohibida.** Las visitas o salidas deben **planificarse** con el equipo médico para elegir el momento más seguro.

¿CON QUÉ PUEDE JUGAR?



> Evitar que juegue con tierra.



> No usar masas ni plastilinas.



> No tocar mascotas ajenas.



> Los juguetes deben ser lavables y limpiarse con frecuencia.



> En caso de peluches o mantas de apego / tejidos (no de lana) es preferible no usarlos.
Si es importante para el niño, se permitirá ingresar uno al Hospital como excepción. Este debe haber sido lavado en lavarropas en ciclo con agua caliente, secado y traído al Hospital en bolsa cerrada. Se debe lavar semanalmente.

Nutrición

La alimentación cumple un papel fundamental durante el tratamiento del cáncer en niños y adolescentes.

UNA BUENA NUTRICIÓN AYUDA A:

MANTENER LAS DEFENSAS
Un cuerpo bien nutrido puede responder mejor a las infecciones.

TENER MÁS ENERGÍA
Los chicos con buena alimentación toleran mejor las internaciones y las actividades del día a día.

SOPORTAR MEJOR LOS TRATAMIENTOS
Una buena nutrición ayuda a reducir complicaciones y efectos adversos de la quimioterapia o radioterapia.

CRECER Y DESARROLLARSE
Aún en tratamiento, los niños siguen necesitando nutrientes para crecer en talla, peso y desarrollo.

RECUPERARSE MÁS RÁPIDO
Después de cirugías o episodios de enfermedad, la buena alimentación favorece la recuperación.

UNA NUTRICIÓN DEFICIENTE PUEDE PROVOCAR:

- Más riesgo de infecciones.
- Mayor cansancio y debilidad.
- Dificultad para tolerar los tratamientos.
- Retraso en el crecimiento.

Por eso, el equipo de salud trabaja junto a las familias para **asegurar que el niño reciba una alimentación adecuada, variada y segura** durante todo el proceso.

ALIMENTACIÓN DURANTE EL TRATAMIENTO



Antes se recomendaba la llamada “dieta neutropénica”, que consistía en prohibir ciertos alimentos crudos como frutas y verduras frescas,pensando que así se reducían las infecciones.

Hoy sabemos que eso no es correcto. Además, estas dietas pueden traer problemas: empeoran la nutrición, hacen más difícil comer y disminuyen la calidad de vida de los chicos.

Los estudios científicos muestran que no hay diferencia en la cantidad de infecciones ni en la evolución de los pacientes que siguen esa dieta frente a quienes comen normalmente con buenas medidas de higiene.

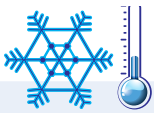
Lo importante es la higiene alimentaria, no la prohibición de alimentos:



LAVAR BIEN
frutas y verduras



COCINAR CORRECTAMENTE
carnes, pollos y pescados



MANTENER LA CADENA DE FRÍO



EVITAR LA CONTAMINACIÓN CRUZADA
Por ejemplo, no mezclar utensilios de crudo y cocido

Las guías internacionales ya no recomiendan las dietas neutropénicas. Aconsejan una alimentación variada y segura, con reglas claras de higiene para toda la familia.

La buena nutrición es parte del tratamiento oncológico.



ALGUNAS RECOMENDACIONES Y TIPS DE ALIMENTACIÓN SEGURA



Los sabores y olores de la comida pueden cambiar por efecto de la medicación.

Sean pacientes y ofrezcan variedad; los gustos pueden variar a lo largo del tratamiento.





COMPRAS SEGURAS

- Hacer las compras en **lugares limpios, habilitados** y con cadena de frío adecuada (los alimentos en las heladeras deben estar fríos al tacto).
- Comprar **marcas conocidas** para asegurar el control bromatológico correspondiente.
- Revisar **fechas de vencimiento.**
- **No comprar latas golpeadas u oxidadas.**
- Preferir **productos envasados al vacío.**
- **Evitar** alimentos de **venta ambulante o callejera.**
- **No dejen los alimentos comprados** en el baúl del auto expuestos a altas temperaturas.
- **Guarden y refrigeren** los alimentos perecederos rápidamente.

FREEZER Y DESCONGELADO



- Congelen **porciones pequeñas, rotuladas con fecha.**
- **Descongelen en heladera o microondas,** nunca a temperatura ambiente.
- **No vuelvan a congelar** un alimento que ya fue descongelado.
- Mantengan la **heladera por debajo de 5 °C** y el **freezer a –18 °C o menos.**



HIGIENE EN LA COCINA

- **Mantener limpia** cocina, heladera, freezer, vajilla y utensilios.
- **Evitar insectos** en la cocina.
- **Lavado de manos SIEMPRE** antes de cocinar.
- **Guardar carnes separadas y tapadas** en el freezer.
- **Evitar la contaminación cruzada:** usar tablas y cuchillos diferentes para carnes y verduras, para alimentos crudos y cocidos.



PREPARACIÓN DE COMIDAS

- **No probar** la comida con la cuchara que se revuelve.
- **Descartar** la comida preparada si no fue refrigerada.
- **Usar bolsas de freezer** solo una vez.

CARNES, POLLO, PESCADO, CERDO, HUEVOS, FIAMBRES Y EMBUTIDOS



- Todas, siempre bien cocidas (el color de la carne debe ser marrón en su interior, al igual que su jugo).
- **Jamón cocido y lomito cocido: industrializados,** envasados al vacío y cerrados de fábrica. Evitar los que se venden sueltos en fiambrerías.
- Salchichas **pasteurizadas**.
- Paté **envasado**.
- Huevo duro o en preparaciones **bien cocido.**
- Mayonesa **pasteurizada comercial.**
- **Evitar:**
  - Pescado crudo (sushi, ceviche, salmón ahumado).
  - Otros fiambres, vísceras ni embutidos (chorizo, morcilla, salame, mortadela, mollejas, etc.).
  - Paté casero.
  - Huevo frito o pasado por agua.
  - Mayonesa casera o salsas caseras con huevo crudo.

FRUTAS Y VERDURAS



> **Laven cuidadosamente frutas y verduras** bajo un chorro de agua potable. Si cuentan con agua de pozo: hervirla durante 3 minutos y dejar enfriar tapada o agregar 2 gotas de lavandina (común o concentrada) por litro de agua y dejarla reposar 30 minutos.
Eliminar partes y hojas defectuosas.

> **Elegir las frutas de cáscaras y estructuras sanas** (sin hongos, golpes, picaduras, etc).

> **Sumergir y remover** con agua potable durante 5 minutos. Luego vaciar el agua del recipiente.

> **Finalizar el lavado, pieza por pieza,** con agua potable en recipiente limpio.

> **No usen detergente ni jabón.**

> **Evitar comerlas crudas fuera de casa,** ya que no podemos asegurar el correcto lavado.

> **No consumir frutas y verduras que se extraen de la tierra o que son muy difíciles de lavar:**
- Frutillas, arándanos, moras.
- Hojas verdes, brotes de soja y alfalfa.
- Hongos.

> **Evitar conservas o dulces caseros.**

JUGOS, MIEL Y DULCES



> Solo jugos **pasteurizados.**

> Solo dulces **pasteurizados.**

LÁCTEOS Y DERIVADOS



> Solo productos **pasteurizados** (yogures, leche, quesos, cremas).

> Preferir **envases individuales.**

> **Evitar quesos fermentados** (roquefort, brie, camembert) **y quesos de venta ambulante.**

> **Helados de crema o agua industriales, en envases individuales:** deben ser pasteurizados y de consistencia dura. No deben ser artesanales, ni con agregado de frutas frescas y frutos secos.

> **Yogures y postres: consumirlos al abrirlos.** Lo que no se come debe descartarse. **No consumir yogures caseros ni con probióticos** (por ejemplo: Actimel y Yakult, yogurt griego).

> **Mamaderas: darlas inmediatamente tras la preparación.** Nunca dejarlas con restos a temperatura ambiente.

CEREALES, FRUTOS SECOS Y OTROS



> **No comprar a granel,** elegir envases cerrados.

> **No se recomienda consumir alimentos fermentados** con microorganismos vivos (kéfir, tempeh, chucrut, kimchi, kombucha, miso, natto).

> **Evitar** frutas secas en granolas, frutas desecadas sin cocción, semillas sueltas, coco rallado sin cocción.

> **No consumir** aceite suelto, azúcar de venta suelta o por peso ni hierbas y especias agregadas luego de la cocción.

> **No tomar mate en bombilla ni té en hebras.**

> Hacer las **preparaciones en aguas seguras.**



RESTRICCIONES

No se puede tomar mate (ni el niño ni el entorno cercano). El mate transmite gérmenes con facilidad y también el polvo libera hongos ambientales. Por eso se recomienda directamente evitar su consumo.

Evitar alimentos callejeros o artesanales sin control sanitario.

Si comen afuera elegir lugares habilitados y pedir comidas bien cocidas.

Muy importante

Si el niño tiene una emergencia, NO pierdan tiempo llamando para consultar. **Diríjanse directamente al Servicio de Emergencias del Hospital.**



AL LLEGAR AL HOSPITAL

PIDAN PRIORIDAD DE ATENCIÓN

USEN SIEMPRE BARBIJO AL INGRESAR

Es una **medida de protección y también la forma de identificar** a un paciente que requiere atención inmediata.

¿CUÁLES SON LAS RAZONES PARA CONCURRIR A LA GUARDIA DEL HOSPITAL?

FIEBRE
Temperatura ≥38 ºC tomada en la axila, o > a 37.5ºC sostenido.

SANGRADO
Por nariz o encías, sangre en orina o materia fecal, aparición brusca de hematomas o puntitos rojos (petequias).

DOLOR DE CABEZA
Especialmente si aparece por la mañana, lo despierta, se acompaña de vómitos o no cede con paracetamol.

VÓMITOS
Frecuentes o intolerancia a líquidos.

DOLOR
Al orinar o defecar.

CAMBIOS EN LA PIEL
Palidez, color amarillo, erupciones, o cambios en la zona del catéter (enrojecimiento, hinchazón).

RESPIRACIÓN
Dificultad para respirar.

OTROS CAMBIOS
En visión, audición, equilibrio o nivel de energía.

ENFERMEDADES
Contacto con varicela.

Si el niño tiene FIEBRE, debe concurrir a la GUARDIA.



Durante el tratamiento, las defensas pueden estar bajas y aumentar el riesgo de infecciones graves. **Si el niño tiene fiebre, es importante consultar lo antes posible.**

AL MOMENTO DE TOMAR LA TEMPERATURA AXILAR

> **Usen un termómetro digital.** Se prefieren a los de vidrio, porque no son seguros, y aquellos que contienen mercurio son tóxicos.

> **Si el niño se acaba de bañar, ha estado tapado** con muchas sábanas **o lleva muchas capas de ropa** (o está envuelto con una manta si es un bebé), **esperen 15 minutos antes de ponerle el termómetro.**

> **Quítenle la ropa a su hijo y póngale el termómetro en la axila** (debe tocar solo la piel, no la ropa).

> **Doblen el brazo** sobre el pecho para sujetar el termómetro en su sitio.

> **Esperen hasta que suene** y ya se pueda leer la temperatura.

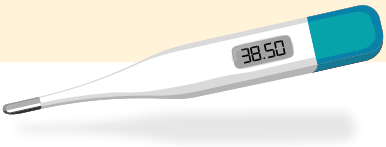
> **Recuerden: si no ven bien a su hijo, no pierdan tiempo ni esperen.** Diríjanse directamente al Servicio de Emergencias del Hospital.

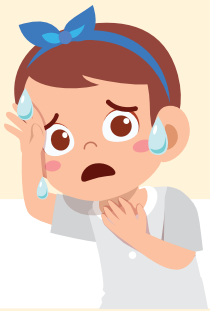
Ante un episodio de fiebre, el equipo médico y de Enfermería tomará **muestras de sangre y orina** para realizar cultivos, colocará una vía periférica y administrará antibióticos lo antes posible.

No se puede saber de antemano cuándo una fiebre puede ser el comienzo de una infección grave. Por eso, **cuando las defensas están bajas, lo más importante es actuar rápidamente.** Para cuidar la seguridad de su hijo, inicialmente procederemos siempre de la misma manera.

Como padres y cuidadores, su colaboración es fundamental. Ayuden a su hijo y al equipo de salud a actuar rápidamente ante la aparición de fiebre.

¡La fiebre en un paciente con defensas bajas es una urgencia médica!





HOSPITAL UNIVERSITARIO AUSTRAL

No tienen que saberlo todo desde el primer día.

Van a ir aprendiendo paso a paso, acompañados por un equipo preparado para cuidarlos y orientarlos.

Preguntar, pedir ayuda, expresar miedos o dudas también forma parte del cuidado.

El tratamiento es una etapa importante de la vida del niño, pero no define quién es: seguirá necesitando jugar, aprender, sentirse querido y acompañado.

Estamos para recorrer este camino junto a ustedes.

F0144

Material elaborado por profesionales de la Internación General Pediátrica del Hospital Universitario Austral. La información provista no sustituye los consejos brindados por tus profesionales de confianza.