# ORIENTACIÓN PARA PADRES SOBRE EL COVID-19

*La siguiente es una guía general para padres de niños en las escuelas de Nebraska. Siga las instrucciones del distrito escolar de su hijo o del departamento de salud.*

## ¿QUÉ HACER SI...?

### SU HIJO TIENE SÍNTOMAS DE COVID-19:

Los síntomas de COVID-19 pueden incluir fiebre o escalofríos, tos, dificultad para respirar, fatiga, dolores musculares o corporales, dolor de cabeza, nueva pérdida del gusto o del olfato, secreción nasal, dolor de garganta, náuseas, vómitos o diarrea.

- Hacer la prueba y aislar: haga que su hijo(a) sea sometido a una prueba de COVID inmediatamente, si fuese posible. Si la prueba es negativa repetirla en 48 horas. Haga que se quede en casa y lejos de los demás.
- Quedarse en casa cuando esté enfermo: cualquier niño(a) que tenga fiebre, tos, dolor de garganta, vómitos o diarrea debe quedarse en casa, incluso si su prueba de COVID-19 fue negativa. Si su hijo tiene afecciones médicas subyacentes, es menor de 5 años y/o sus síntomas empeoran, hable con su médico sobre la posibilidad de realizar pruebas para detectar otras enfermedades respiratorias como la influenza.
- Use una mascarilla si está en público y presenta síntomas.

### SU HIJO TIENE UNA PRUEBA POSITIVA POR COVID-19:

Asegúrese de que su hijo(a) se mantenga cómodo y beba muchos líquidos. Comuníquese con su médico si tiene preguntas sobre los medicamentos o si la enfermedad empeora. Mantenga en cuenta también sus necesidades de salud mental. Bríndele mucha atención y tranquilidad, ya que un diagnóstico de COVID puede preocupar a su hijo(a).

- Mantenga a su hijo en casa y alejado de los demás (aislado) durante al menos 5 días desde el primer día que tuvo síntomas (día 0). Si su hijo no tuvo síntomas, pero tuvo una prueba de COVID positiva, el dia 0 comienza con el día de la prueba positiva.
- Llame a su escuela para informarles que su hijo estará ausente debido a COVID.
- Si su hijo no tiene fiebre y los síntomas han desaparecido, puede regresar a la escuela después del 5to día. Debe usar una mascarilla cuando esté cerca de otras personas hasta el 10mo día.
- Continúe quedándose en casa si la fiebre persiste o los síntomas no mejoran.

### SU HIJO HA ESTADO EXPUESTO A ALGUIEN INFECTADO CON COVID-19:

- Haga que su hijo use una mascarilla durante 5 días después de haber sido expuesto.
- Sepa que su hijo aún puede desarrollar COVID-19 hasta 10 días después de la exposición.
- Si su hijo no tiene síntomas, hágale una prueba de COVID 5 días después de la exposición.
- Si la prueba es positiva, aislar durante al menos 5 días (ver arriba)
- Si la prueba es negativa, su hijo puede ir a la escuela.
  - Si la prueba es negativa pero su hijo se siente enfermo o tiene síntomas de COVID, debe quedarse en casa.

## SI TIENE PREGUNTAS SOBRE LAS PRUEBAS O LAS VACUNAS DE COVID-19:

- Hable con el médico de su hijo
- Para obtener pruebas o vacunas gratuitas o de bajo costo:
  - Llame a su departamento de salud local (enlace)
  - Llame a su centro de salud calificado a nivel feder al más cercano www.howtogetcare.org
  - Encuentre vacunas contra la gripe y el COVID-19 cerca de uste d en vacunas.gov
  - Tenga en cuenta que la disponibilidad de pruebas y vacunas puede variar https://www.vaccines.gov/

## OBTENGA ATENCIÓN DE EMERGENCIA SI SU HIJO TIENE ALGUNO DE LOS SIGUIENTES SÍNTOMAS:

- Dificultad para respirar, falta de aire grave
- Presión o dolor en el pecho
- Labios o base de las uñas pálidos, grises o azules.
- Confusión, dificultad para despertar o permanecer despierto

Para obtener más información sobre las pruebas de COVID-19, visite a Pruebas de detección del COVID-19: información importante (Pruebas de COVID-19: lo que necesita saber | Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades)

Las vacunas contra el COVID-19 son seguras y efectivas, y gratis. Todas las personas de 6 meses de edad o más pueden recibir la vacuna actualizada contra el COVID-19.

Children's NEBRASKA · Nebraska Chapter of the American Academy of Pediatrics · Nebraska Good Life. Great Mission. Dept. of Health and Human Services · ICAP · Nebraska Department of Education · N Extension