



GUÍA DE AYUDA

MANEJO DE PROBLEMAS PEDIÁTRICOS
FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO
Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

¿Qué es una anafilaxia y cómo actuar?

M.^a Esther Serrano Poveda
Pediatra. CS Benicalap. Valencia



GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

¿Qué es la anafilaxia?

- Es la reacción alérgica mas grave que puede ocurrir.
- Se inicia de forma rápida (de minutos a una hora).
- Puede ser mortal.
- Los casos de anafilaxia están aumentando en España.
- Es muy importante reconocerla en el momento y realizar el mejor tratamiento disponible en la mayor brevedad posible.

¿Qué puede causarla?



- Alimentos.
- Medicamentos.
- Picaduras.
- Látex.
- Otros.

Imagen tomada de Redalergiayasma.org

GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Primera causa: alergia alimentaria



LECHE



TRIGO



HUEVO



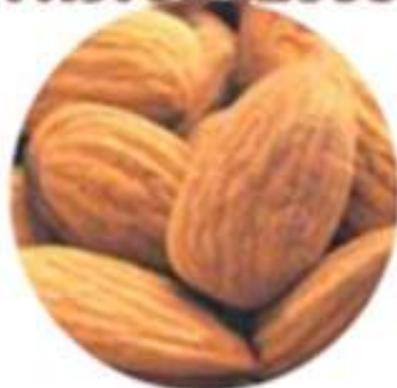
SOJA

ALIMENTOS QUE CAUSAN EL 90% DE ALERGIAS

CACAHUETES



FRUTOS SECOS



MARISCO



PESCADO



Imagen tomada de Megustaestarbien.com

GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

¿Qué alimentos son los más alergénicos?

Cualquier alimento puede causar alergia



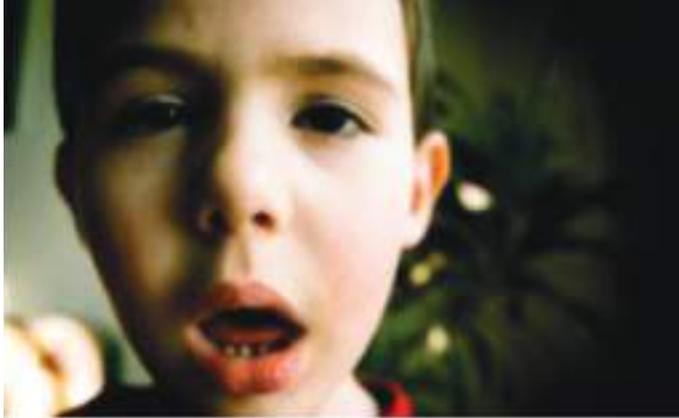
Imagen tomada de Redalergiasma.org

Más frecuentes (por orden):

- **Niños:** leche, huevo, pescado, legumbres y frutos secos.
- **Adolescentes:** pescado, legumbres, huevo.
- **Mayores:** frutos secos, mariscos, fruta, especias.

¿Qué síntomas produce?

- Puede afectar a cualquier parte del cuerpo.
- No siempre son reacciones graves pero son rápidas.
- Si es grave puede provocar la muerte en breve tiempo.



GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

¿Qué síntomas produce?

Los síntomas son muy variados: desde síntomas leves a reacciones muy graves.

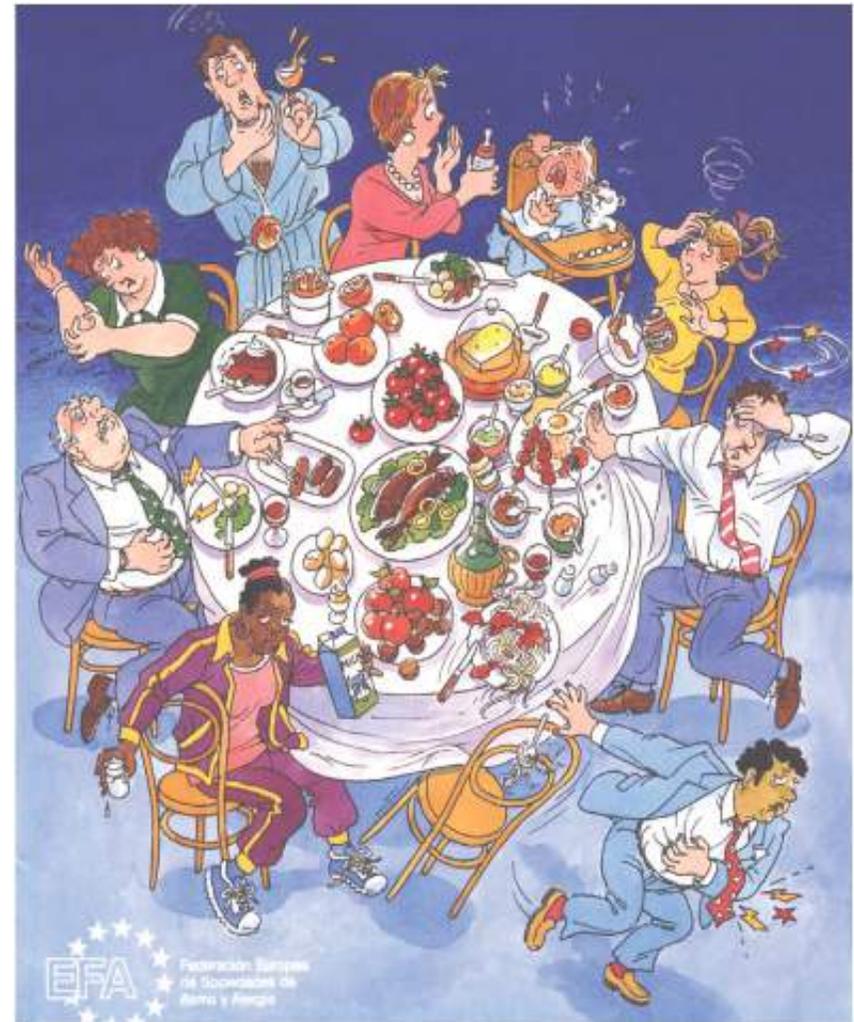


Imagen tomada de Efanet.org

GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

¿Qué vamos a notar?

- “Pitos”.
- Dificultad respiratoria.
- Opresión en el pecho.
- Tos irritativa.
- Estridor.
- Tos perruna.
- Afonía.
- Dificultad para tragar o respirar.
- Goteo nasal, estornudos, picor.
- Habones o ronchas en la piel.
- Picor intenso.
- Inflamación labios, ojos o cualquier zona del cuerpo.
- Vómitos.
- Dolor abdominal.
- Diarrea.
- Obstrucción nasal.
- Lagrimeo, ojos rojos o hinchados.

*Shock: hipotensión, mareo, visión borrosa, náuseas
sensación de muerte inminente, convulsiones o pérdida de conciencia*

¿Qué hay que saber?

- Todo el personal del centro, docente o no, debería ser capaz de iniciar el tratamiento de un paciente con una reacción anafiláctica a la vez que pide ayuda.
- Los planes de actuación por escrito son útiles.
- Es aconsejable un entrenamiento regular de profesores, personal no docente y familiares.



¿Qué hay que saber?

Colaboración padres-profesores:

- Compartir información sobre el estado del niño.
- Cumplimentar la ficha del niño alérgico.
- Proporcionar informe médico.
- Plan escrito de actuación en caso de emergencia.
- Proporcionar medicación.
- Controlar caducidad fármacos.
- Autorización escrita.



¿Qué hay que saber?

Papel del profesor:

- Facilitar las tareas escolares al niño si hay ausencias justificadas por enfermedad.
- Difundir al resto del personal el problema del niño.
- Realizar actividades en el aula para conseguir la colaboración y solidaridad de los compañeros del niño.
- Disponer de medicación de emergencia accesible pero en sitio seguro y junto a los informes médicos.
- Asegurarse de que en cualquier actividad fuera de la escuela se lleva la medicación necesaria.
- Conocer los teléfonos donde llamar en caso de urgencia.
- Integrar al niño en todas las actividades escolares como los demás.
- Formarse y conseguir la formación del resto del personal.



MUCHOS NIÑOS SON EXCLUIDOS DE LAS ACTIVIDADES Y FIESTAS ESCOLARES, PORQUE ESTAS SE HACEN CON COMIDA



ILUSTRADO POR BENJI
BENJIBEN6@GMAIL.COM

<http://www.aepnaa.org/podemos-ayudar/escolarizacion-segura-en-ninos-con-alergia-a-alimentos-yo-a-latex-56>

GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

¿Cómo prevenir?

- Conocer qué niños son alérgicos, a qué y cómo se maneja su problema.
- Evitar intercambios de alimentos entre los niños
- Disponer de un listado de alimentos o materiales alternativos que el niño pueda usar y consumir.
- Aplicar las normas de preparación de alimentos en el comedor escolar.
- El niño debe llevar pulsera o medalla identificativa con la alergia que padece.
- Llevar medicación de urgencia en toda actividad fuera del colegio o en celebraciones y otros eventos.



Recomendaciones para el comedor escolar



© www.123rf.com

<http://www.aepnaa.org/podemos-ayudar/el-nino-con-alergia-a-alimentos-yo-latex-en-el-comedor-escolar.-recomendaciones-120>

GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES



http://www.aesan.msc.es/AESAN/docs/docs/cadena_alimentaria/gestion_riesgos_biologicos/Latex.pdf

Limitar el uso de guantes de látex

GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Recomendaciones para la escolarización segura

**MUCHOS ALÉRGICOS TENEMOS QUE LLEVAR SIEMPRE
ENCIMA ADRENALINA, POR SI POR ERROR
COMEMOS LO QUE NOS DA ALERGIA**



ASOCIACIÓN
ESPAÑOLA DE
ALÉRGICOS A
ALIMENTOS
Y LÁTEX

ILUSTRADO POR BENJI
benji66@gmail.com

<http://www.aepnaa.org/alergia/anafilaxia-63>

GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Recomendaciones para la escolarización segura



SafeFARE program:

- En inglés, FARE: Food Allergy Research and Education, asociación de alergia alimentaria de EE. UU.
- Programa para ofrecer recursos y consejos tanto a las personas con alergia alimentaria y a los restaurantes que les ayuden a que las comidas fuera de casa sean seguras.
- En: <http://www.foodallergy.org/managing-food-allergies/at-college>

GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Recursos para saber más

- **Asociación Española de Personas con Alergia a Alimentos y Látex (AEPNAA):** es una entidad privada, sin ánimo de lucro, que nace como un grupo de ayuda mutua para ofrecer información, intercambio de experiencias, situaciones y conocimientos; ayudar y colaborar en los problemas sociales, familiares y educativos que puedan presentarse como consecuencia de la alergia a alimentos y látex y relacionarse con organismos y entidades tanto públicas como privadas para conseguir colaboración en la difusión del problema. Dirección web: <http://www.aepnaa.org/#>
- **Inmunitas Vera:** es la asociación de alérgicos a alimentos y látex de Cataluña es una entidad privada sin ánimo de lucro creada con el propósito de mejorar la calidad de vida de los afectados y sus familias. El objetivo de su web es divulgar y ofrecer ayuda de forma eficiente y sencilla, así como proporcionar una herramienta de comunicación entre afectados. Dirección web: <http://www.inmunitasvera.org/castellano.html>

Objetos y circunstancias que contienen o pueden contener látex de caucho natural (es necesario consultar al fabricante en caso de duda)

- Alfombra antideslizante de la bañera.
- Alfombra de entrada a casa.
- Algunas compresas y pañales.
- Algunos cepillos de dientes.
- Algunos pegamentos.
- Alimento manipulado con guante.
- Aparatos de succión de desagües.
- Aparatos para la tensión.
- Asfalto (sobre todo en momento de estar caliente).
- Bañadores.
- Barcas neumáticas.
- Beber agua por manguera.
- Besos de personas que hayan hinchado anteriormente globos.
- Bicicletas (cubierta, cámara, empuñadura).
- Bolsa de agua caliente.
- Botas de agua.
- Cables eléctricos.
- Conductos de aire calefacción en automóviles.
- Cinta papel de pintores.
- Colchones y almohadas.
- Colchonetas de gimnasia.
- Colchonetas inflables.
- Cuentagotas.
- Chubasqueros.
- Chupetes.
- Dediles de goma.
- Diafragma.
- Elásticos de ropa interior.
- Empuñaduras de muletas o bastones.
- Esparadrapo y tiritas.
- Esponja anticonceptiva.
- Etiquetas engomadas.
- Fajas elásticas.
- Fonendoscopio.
- Fuelle de la puerta de lavadora.
- Fundas de teclado de ordenador.
- Fundas protectoras de mando a distancia.
- Gafas de esquí y de natación.
- Globos.
- Goma de olla a presión.
- Gomas de borrar.
- Gomas de ortodoncia.
- Gorros y calcetines de piscina.
- Guantes de exploración médica.
- Guantes de jardín.
- Guantes de limpieza doméstica.
- Jeringa con émbolo de goma.
- Juguetes.
- Lavativas.
- Mangueras.
- Medias compresoras.
- Medicamentos con tapón de goma.
- Muñecas.
- Palos de golf.
- Pasamanos de escaleras mecánicas.
- Pegamento de los sobres.
- Pegamentos y colas.
- Pegatinas.
- Pelotas y balones.
- Pezones de mamaderas de bebé.
- Pinturas impermeabilizantes.
- Plantillas para zapatos.
- Preservativos y diafragma.
- Protección antideslizante en escalones.
- Protectores de cama.
- Raquetas de ping-pong.
- Recubrimiento de escaleras y suelos.
- Ruedas de coches, motos y bicicletas.
- Saludos de personas que hayan tenido guantes puestos.
- Silla de ruedas.
- Sondas, catéteres, drenajes.
- Suelas de zapatillas y zapatos.
- Suelos de pistas deportivas.
- Talleres de neumáticos.
- Tapones de algunas anestесias (dentista).
- Tapones de lavabos, bañeras y fregaderos.
- Tarros herméticos con junta de goma.
- Tejidos elásticos.
- Tetillas de biberón.
- Tiendas de deportes.
- Tirantes de sujetador.
- Vendas elásticas.
- Ventosas.
- Visor de prismáticos y cámaras.
- Zapaterías.

Además de estos, también pueden producir alergia un gran número de objetos de uso médico

Fuente: <http://www.aepnaa.org/alergia/alergia-al-latex-42>

GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Información alimentos alergénicos y medicamentos

- US Food and Drug Administration: <http://www.fda.gov/Food/ResourcesForYou/Consumers/ucm220115.htm>
- Hospital La Fe de Valencia: <http://www.alergiainfantillafe.org/alergiaalimentaria.htm>
- Food Allergy and Anaphylaxis Network: www.foodallergy.org
- Sociedad de Alergología e Inmunología Clínica de Extremadura: <http://www.saicex.es/modules/articles/index.php>
- Agencia Catalana de Seguridad Alimentaria: <http://www.gencat.cat/salut/acsa/html/es/dir1633/index.html>



GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Actuación ante la anafilaxia

Reconocer síntomas de gravedad: rápida progresión de los síntomas, dificultad respiratoria, color azulado de los labios, "pitos" o sibilancias, edema laríngeo (afonía, salivación o babeo, estridor) vómitos persistentes, mareo, síncope, confusión, somnolencia, coma

Valorar:

- A. Permeabilidad vía aérea
- B. Respiración, consciencia
- C. Estado cardiocirculatorio

Solicitar ayuda a **Emergencias (112)**

Eliminar exposición al alérgeno (medicamento, alimentos, aguijón/picaduras)
Posición acostado boca arriba con los pies en alto o de lado si está inconsciente. No dejar solo al niño
No retrasar la medicación de urgencia mientras llega asistencia médica
Si no hay ayuda especializada cercana, debe trasladarse al centro sanitario más cercano sin tardar
Si el alérgeno ha sido inyectado en un brazo (inyección, picadura de abeja...), puede realizarse un torniquete. Debe aflojarse cada 5 minutos

Otros medicamentos:

Salbutamol inhalado si broncoespasmo via inhalada (4 inhalaciones cada 10 minutos)
Dexclorfeniramina (Polaramine®) si síntomas cutáneos 5-10 mg/8 h, o **Hidroxicina (Atarax®)** 2 mg/kg/día repartido cada 6-8 horas (las dosis de la ficha del alumno)
Corticoides IV: hidrocortisona 250 mg/6 h o metilprednisolona 1-2 mg/kg intravenosa

Adrenalina intramuscular (autoinyectable)

Jext® de 150 mcg y 300 mcg
Altellus® de 0,15 mg y 0,30 mg
0,15 mg en 10 a 25 kg
0,3 mg en mayores de 25 kg

Administración: cara anterolateral del muslo

Si no hay mejoría en 5-15 minutos: repetir dosis de adrenalina intramuscular

Avisar a familiares

En caso de **parada cardiorrespiratoria iniciar maniobras reanimación cardiopulmonar**
Ver tema correspondiente

La medicación de urgencia y llamar a Emergencias deber ser a la vez. No se debe esperar

¡Nunca dejar solo al niño!

GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

¿Cómo se usa la adrenalina?

Altellus nuevo



Altellus antiguo



Jext



Puede ver los videos de demostración en:

Altellus: <http://www.youtube.com/watch?v=iRuA9xeFdRg&feature=related>

Altellus nuevo: http://www.meda.es/index.php?fk_value=167

Jext: <https://www.youtube.com/watch?v=NJ8i7PQDrMA>

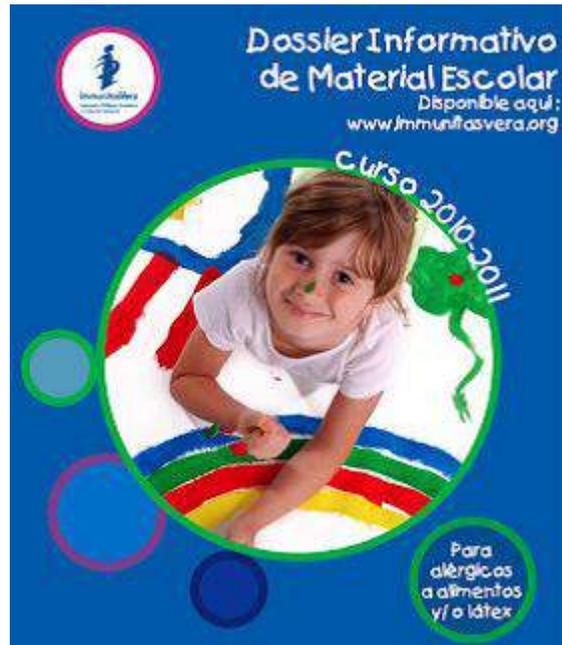
GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Documentos útiles

- Protocolo de una reacción alérgica en la escuela AEPNAA.
- Ficha médica y plan actuación de emergencia.
- Disponer de un listado del material escolar potencialmente alergénico.



GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES



www.aepa.org



PROTOCOLO DE ACTUACIÓN ANTE UNA REACCIÓN ALÉRGICA EN LA ESCUELA

Nombre:

Peso:

Edad:

Tutor(a) / Profesor(a):

Cursos:

Padre/Representante:

Instauración de aviso:

Lugar de la medicación:

foto
niño

Alérgico/a a:

Asmático

 No Sí

! Riesgo mayor para reacciones graves.

PASO 1: EVALUAR Y TRATAR (1)



Piel: Picazón en boca, leve erupción alrededor de la boca o labios, boca hinchada

ADMINISTRAR
Adrenalina Alérgica/Pedraza



Urticaria, ronchas, erupción, picor o hinchazón de extremidades u otra zona del cuerpo



Náuseas, dolores abdominales, carmesí, vómitos.



Picor de ojos, ojos rojos, lagrimeo, picor nasal, estornudos de repetición, moqueo abundante



Garganta cerrada, ronquera, tos repetitiva, lengua/paladar/labios/trépalos hinchados

ADRENALINA AUTONINYECTABLE 0,15/0,30



Respiración entrecortada, tos repetitiva, tos seca, apatamiento, labios o piel azulada.

ADRENALINA AUTONINYECTABLE 0,15/0,30



Pulso débil, presión arterial baja, desmayamiento, pérdida, labios o piel azulada.

ADRENALINA AUTONINYECTABLE 0,15/0,30

- 1) Ante reacciones rápidamente progresivas, aunque los síntomas presentes no sean graves (se recogidos en las viñetas 1 a 4) se recomienda administrar adrenalina (ADRENALINA AUTONINYECTABLE 0,15/0,30) precozmente para evitar la progresión a una reacción grave (síntomas recogidos en las viñetas 5, 6 y 7).
- 2) En niños con síntomas recogidos en la viñeta 7 (choque anafiláctico) se recomienda mantenerlos tumbados boca arriba y con los pies en alto.
- 3) Después de administrar la medicación SIEMPRE se debe llevar al niño a una institución médica.

PASO 2: AVISAR

LLAMADA DE EMERGENCIA

1. NO DEJAR NUNCA AL NIÑO SOLO

2. Llame a urgencias (tel.: _____) y comunique que se trata de una reacción alérgica.

3. Aun cuando el padre/representante legal no pueda ser contactado, no dude en medicar y llevar al niño a una institución médica. 1/2



PROTOCOLO DE ACTUACIÓN ANTE UNA REACCIÓN ALÉRGICA EN LA ESCUELA

ASOCIACIÓN ESPAÑOLA DE ALÉRGICOS A ALIMENTOS Y LÁTEX
www.aepaa.org

AUTORIZACIÓN

El Dr. _____ colegiado nº _____ por el Colegio de Médicos de _____ como alergólogo/pediatra ha revisado el protocolo y prescrito la medicación específica de actuación.

Fecha y firma

Yo, _____ como padre/madre/tutor legal, autorizo la administración de los medicamentos que constan en este fichero a mi hijo/a _____ el seguimiento de este protocolo.

Fecha y firma

"De conformidad con el artículo 195 del código Penal, se establece como delito el incumplimiento de la obligación de todas las personas de socorrer a una persona que se halla desamparada y en peligro manifiesto y grave, cuando pudiese hacerlo sin riesgo propio ni de terceros. Igualmente, el artículo 30 del Código Penal indica que están exentos de responsabilidad criminal los que obran en cumplimiento de un deber.

Debiendo indicarse que no existirá responsabilidad de cualquier género ni en el uso del deber de socorrer, se produce alguna aplicación incorrecta del medicamento de recorte (adrenalina intravenosa) con el fin de salvar la vida del alérgico."

2/2

GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Ejemplo de ficha de alumno con alergias

ANEXO III: FICHA DEL NIÑO Y PLAN DE ACCIÓN

FOTO	MARÍA PÉREZ LÓPEZ	TELÉFONOS DE CONTACTO Domicilio: Padre móvil: Madre móvil: Padre trabajo: Madre trabajo:
------	----------------------------------	--

Esta niña es alérgica a: **PROTEÍNAS DE LECHE DE VACA**

Que pueden encontrarse en:

- o Todos los derivados lácteos: yogures, quesos, mantequillas, cuajadas, natillas, helados, margarinas que no sean exclusivamente vegetales, etc.
- o Numerosa pastelería y bollería: galletas, bollos, pan de molde, baguettes, algunos caramelos, chocolates con leche y en polvo, turrónes, cremas de cacao, etc.
- o Algunos potitos, papillas y cereales.
- o Algunas bebidas: batidos, zumos, horchatas.
- o Numerosos embutidos: jamón york, salchichas, chorizo, salchichón, etc.
- o Cubitos de caldo, sopas de sobre, fabadas, cocidos y otras conservas, caldos deshidratados y salsas.
- o Medicamentos que contengan lactosa.
- o Suero de leche, cuajo, sólidos lácteos, lactosa.
- o Grasas animales y proteínas animales.
- o Jabones-Cosméticos.
- o Tizas.

LÁTEX

Que puede encontrarse en:

- o **Gautes** para la higiene
- o Guarderías: chupetes, tetinas, mordedores
- o Material escolar: gomas de borrar, pegamento, celo, adhesivos
- o Material deportivo: colchones elásticos, colchonetas, pistas deportivas, balones, gomas elásticas, gorro y calcetín de piscina, prendas deportivas elásticas, mango raqueta...
- o Material plástica: caretas carnaval, spray pelo, pintura, globos
- o Juegos: neumáticos, balones, muñecas de goma...

Los alimentos y objetos anteriores y todas las sustancias que los contienen deben ser evitados. **María no debe ingerirlos, tocarlos u olerlos.**

Tratamiento habitual: no hay

En caso de **REACCIÓN ALÉRGICA** se deben retirar el objeto o alimento causante de ésta y seguir las siguientes instrucciones:

REACCIÓN LEVE	REACCIÓN SEVERA
Manchas rojas alrededor de la boca o zona de contacto. 1. Polaramine jarabe 3cc 2. No dejar sola a la niña.	Vómitos, diarreas, dificultad para tragar o respirar, shock anafiláctico 1. Adrenalina mediante inyección Adreject 2. No dejar sola a la niña 3. Activar servicio de urgencias 061-112 indicando alergia 4. Llamar a padres.

GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Normativas



<http://www.aepnaa.org/podemos-ayudar/normativas-%20autonomicas-11>

GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Asma por ejercicio

Ana Fierro Urturi

Pediatra. CS Pisuerga. La Flecha. Valladolid

Raquel M.ª Portillo Rubiales

Enfermera. CS de Tordesillas. Valladolid

GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Asma inducido por el ejercicio

- Es la obstrucción aguda y reversible de las vías aéreas que ocurre tras la realización de un esfuerzo físico.
- Hasta el 80% de los niños con asma pueden presentar síntomas con el ejercicio.

Con un tratamiento adecuado, un plan de acción y evitando los desencadenantes, los asmáticos pueden llevar una vida normal y participar en todas las actividades escolares, incluida la actividad deportiva.



Imagen tomada de FBBVA.es

GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Muchos deportistas famosos son asmáticos



NIURKA MONTALVO
(ATLETA)

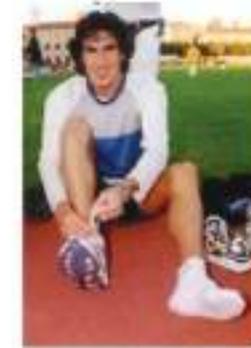


THERESA ZABELL
(VELA)

DEPORTISTAS FAMOSOS QUE TIENEN ASMA



MIGUEL INDURÁIN
(CICLISMO)



ANDRÉS DÍAZ
(ATLETA)



GABRIEL ESPARZA
(TAEKWONDO)

Imagen tomada de <http://www.slideshare.net/MMaquedano/unidad-didctica-asma-2>

GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Síntomas

- Tos.
- Dificultad respiratoria.
- Se oyen pitos o silbidos al respirar.
- Opresión o dolor en el pecho.
- Alargamiento del periodo de recuperación.

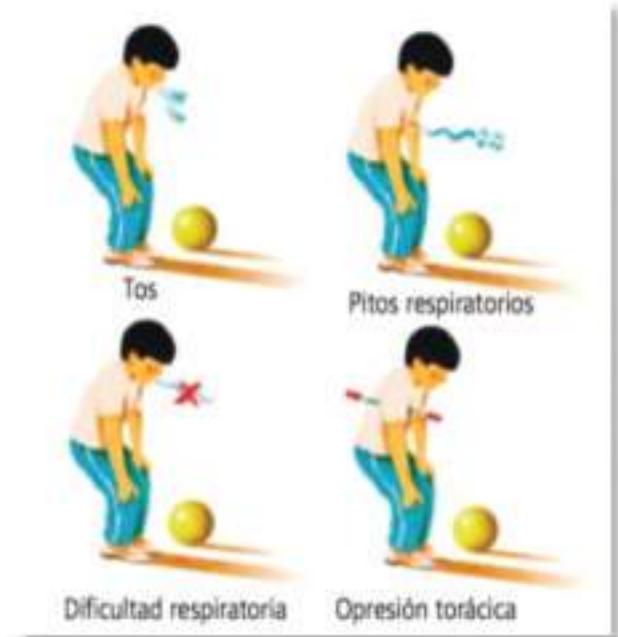


Imagen tomada de FBBVA.es

Aparecen durante el ejercicio o tras el mismo
Pueden tardar varias horas en desaparecer

GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

¿Por qué se produce?

Ejercicio:

- El aire entra a gran velocidad por la boca: no se calienta ni humedece en las fosas nasales.
- A los bronquios llega el aire frío, seco y contaminado con alérgenos.
- Los bronquios (inflamados e hipersensibles de los asmáticos) se contraen ante estos desencadenantes.
- Se produce obstrucción del flujo aéreo: síntomas.



Mayor riesgo:

- Asma mal controlada.
- Rinitis alérgica (respiran por la boca).

Asma inducida por ejercicio

¿Es buena la actividad física?	¿Se puede hacer deporte?
<ul style="list-style-type: none">• Mejora la coordinación física.• Mejora la tolerancia al ejercicio.• Mejora la función pulmonar.• Fortalece los músculos respiratorios.• Favorece la socialización.• Favorece la autoestima.	<ul style="list-style-type: none">• Asma controlada (sin síntomas): el ejercicio no genera ni empeora síntomas.• Asma mal controlada (síntomas): evitar temporalmente

Asma y deporte

- **Asma bien controlada:** se puede practicar cualquier deporte.
- Cualquier **actividad intermitente** provoca menos crisis de asma que una continua.
- A mayor **intensidad** de ejercicio, mayor facilidad para provocar síntomas.
- **El ambiente lo puede favorecer:**
 - Aire frío y seco.
 - Ambientes húmedos.
 - Altas concentraciones de polen, hongos o polvo.



Imagen tomada de www.superpadres.com

GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Deportes con más riesgo de desencadenar asma

Actividades con tasas de ventilación altas

- Carrera de medio fondo (800 y 1500 m).
- Carrera de fondo (maratones, etc.).
- Ciclismo.
- Fútbol.
- Baloncesto.
- Rugby.



Imágenes tomada de FBBVA.es

Actividades en ambientes fríos/secos

- Hockey hielo.
- Esquí de fondo.
- Patinaje hielo.



GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Deportes con menos riesgo de desencadenar asma

- Deportes de raqueta (tenis, etc.).
- Deportes de lucha (boxeo, kárate, etc.).
- Balonmano.
- Gimnasia.
- Golf.
- Natación.



Imágenes tomadas de FBBVA.es

- Carrera de velocidad .
- Béisbol.
- Senderismo.
- Waterpolo.
- Piragüismo.
- Tiro olímpico.
- Tiro con arco.
- Yoga.



GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Asma inducida por ejercicio

Prevención

- Medidas higiénico-deportivas.
- Cumplir el plan prescrito por el pediatra.
- Evitar factores de riesgo y desencadenantes.
- Elegir un ejercicio adecuado, ajustando intensidad y en ambiente saludable.
- Uso de la medicación inhalada previa al ejercicio.



Imagen tomada
de www.educamadrid.org

GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Asma inducida por ejercicio

Medidas higiénico-deportivas I

- Seleccionar el deporte menos asmógeno (pero podría practicar cualquiera).
- Evitar ambientes fríos, secos y contaminados.
- Utilizar mascarillas, pañuelos o bufandas, si es preciso.
- Evitar exposición a factores ambientales y desencadenantes.
- Realizar precalentamiento adecuado, 10 minutos.
- Evitar cambios de ambiente entre reposo-deporte-reposo.
- Efectuar respiración nasal.



Imagen tomada de www.alergiainfantillafe.org

GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Asma inducida por ejercicio

Medidas higiénico-deportivas II

- Favorecer deportes donde se realicen pausas o sustituciones entre deportistas.
- Suspender el ejercicio ante síntomas incipientes de asma.
- Tras el ejercicio realizar un enfriamiento gradual.
- No practicar deporte durante una crisis de asma.
- Si se presenta una crisis: intentar una relajación psicofísica y si no se resuelve administrar medicación de rescate.
- No realizar deporte en las tres horas siguientes a administrar inmunoterapia con vacuna.

Asma inducida por ejercicio

Medicación para su control

Previo al ejercicio (5-10 minutos antes) se administra **broncodilatador de acción rápida** (salbutamol o terbutalina).
Máximo efecto a los 15-60 minutos y finaliza en 2-3 horas.



Imágenes tomada de FBBVA.es

GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

¿Qué hacer ante una crisis?

- Parar de realizar la actividad deportiva.
- Reposo (sentado).
- Evitar aglomeraciones y liberar la ropa.
- Broncodilatador de acción rápida: administrar 4 *puff*.
- Observar 10 minutos.
- Si no mejora: administrar 4 *puff* más.
- Acudir a un centro sanitario y/o llamar a Emergencias (112).



GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Profesores de educación física: consejos

- Conocer la enfermedad asmática y su tratamiento.
- Disponer de una ficha identificativa de cada alumno asmático con su plan de manejo individualizado.
- Realizar las medidas higiénico-deportivas previas al ejercicio.
- Permitir y controlar que los niños que lo precisen utilicen su medicación de rescate.
- Conocer como actuar ante una crisis de asma.
- Conocer que la medicación para el asma no aumenta el rendimiento deportivo.
- En época de polinización, realizar el deporte en el gimnasio en días de mucho sol y viento.
- Ofrecer actividades alternativas si es necesario.



Imagen tomada de <http://efisicaeso.wordpress.com/>

GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Información de interés

- Grupo de Vías Respiratorias de la AEPap: <http://www.respirar.org/grupo-de-vias-respiratorias>
- Guía española para el manejo del asma: <http://www.gemasma.com>
- Global Initiative for asthma: <http://www.ginasthma.com>
- Asma inducida por ejercicio: http://kidshealth.org/parent/en_espanol/medicos/exercise_asthma_esp.html
- Sociedad Española de Inmunología Clínica y Alergia Pediátrica: <http://www.seicap.es/familiares.asp>
- Hojas de recomendaciones para alergia y asma infantil: <http://www.seicap.es/ver-informe.asp?sec=45&msg=1121&s1=>
- Sociedad Española de Neumología Pediátrica: http://www.neumoped.org/senp_asmaesc.htm
- Respirar/To breathe: <http://www.respirar.org/>
- Alergia y asma en la web. <http://alergiaweb.com>
- Sociedad Española de Pediatría Extrahospitalaria y Atención Primaria: <http://www.sepeap.org/index.php?menu=562>
- Fundación Roger Torné: <http://www.fundrogertorne.org/salud-infancia-medio-ambiente/divulga/inspira-nuevo/2013/10/22/asma-y-actividad-fisica/>
- Sociedad Española de Alergología e Inmunología Clínica. Protocolo de actuación ante el asma en centros educativos: <http://www.seaic.org/profesionales/blogs/alergia-infantil/protocolo-de-actuacion-ante-el-asma-en-los-centros-educativos.html>
- Academia Americana de Alergia, Asma e Inmunología: <http://www.aaaai.org/patients/resources/spanish.stm>
- *Asma en los centros escolares*: <http://enfamilia.aeped.es/libros-recomendados/asma-en-centros-escolares>
- *El asma en la infancia y la adolescencia*: http://www.fbbva.es/TLFU/mult/ASMA_INTERACTIVO.pdf



GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Vídeos sobre asma

¿Qué sucede durante una crisis de asma?

- http://kidshealth.org/misc/movie/spanish/asthma/HowAsthmaAffectsBreathing_ESP.html
- <http://asma.com/asma/asma.asp>



Manejo de inhaladores

- Inhaladores: álbum fotográfico e instrucciones de uso. En: Respirar - Portal Familia.
- Manejo de dispositivos de inhalación en el tratamiento del asma. Familia y Salud. <http://www.familiaysalud.es/medicinas/normas-de-uso-de/manejo-de-dispositivos-de-inhalacion-en-el-tratamiento-del-asma>
- Escuela de pacientes. Junta de Andalucía: http://www.escueladepacientes.es/ui/aula_guia.aspx?stk=Aulas/Asma_Infantil/Guias_Informativas/Guia_Informativa_Asma_Infantil

Cuentos sobre el asma

- El mago del asma: <http://www.nationaljewish.org/healthinfo/pediatric/asthma/asthma-wizard/spanish-wizard/chapter1.aspx>
- Cecilia controla su asma: http://www.youtube.com/watch?v=I4MHCKc_t2c



GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

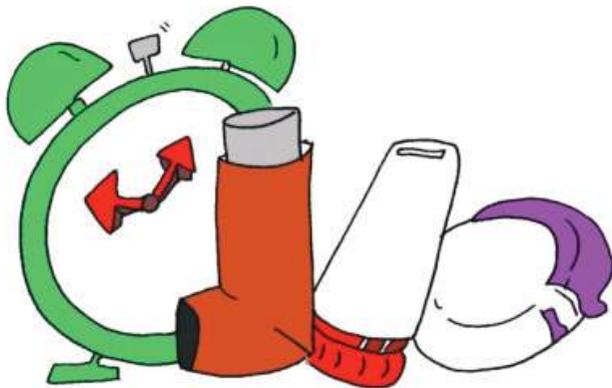
Cómo actuar ante una crisis asmática

Ana Fierro Urturi

Pediatra. CS Pisuegra. La Flecha. Valladolid

Raquel M.ª Portillo Rubiales

Enfermera. CS de Tordesillas. Valladolid



GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

¿Qué es el asma?

- Enfermedad crónica de las vías respiratorias que dificulta el paso de aire a través de los bronquios.
- La obstrucción al flujo aéreo se produce por:
 - Inflamación de las vías aéreas.
 - Exceso de moco.
 - Contracción de los músculos que rodean los bronquios en respuesta a diversos estímulos.
- La obstrucción generalmente es reversible espontáneamente o con tratamiento.
- **Sinónimos:** broncoespasmo, bronquitis sibilante, bronquitis asmática, bronquitis espástica, hiperreactividad bronquial.

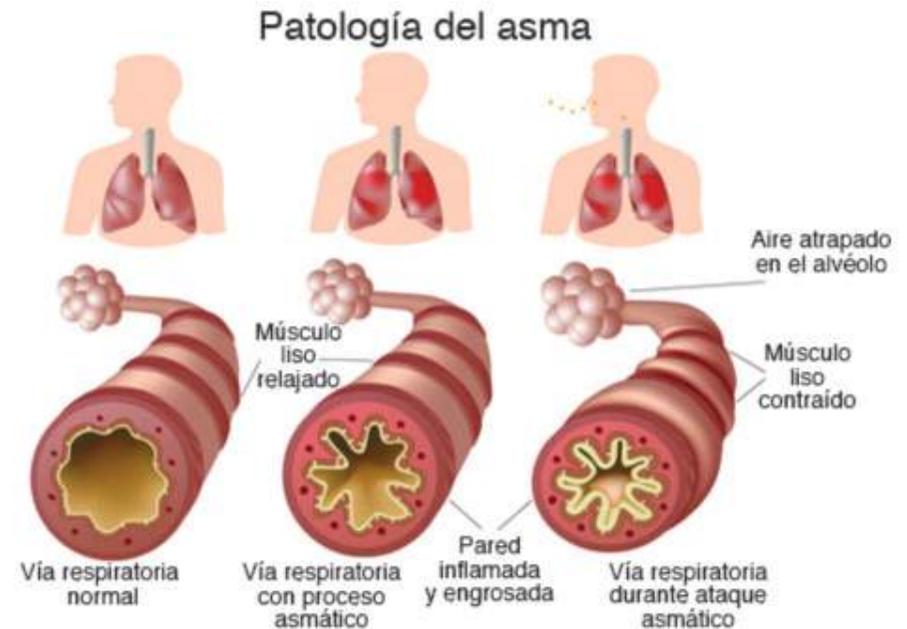


Imagen tomada de Saludymedicinas.com.mx

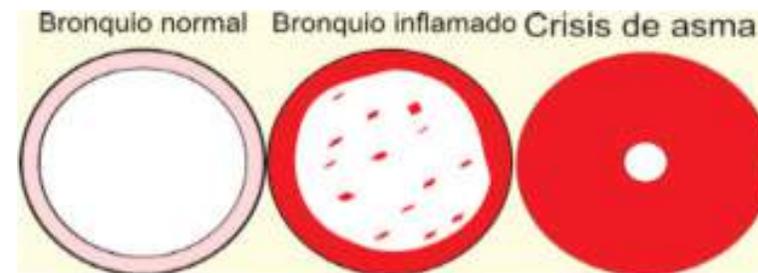


Imagen tomada de conpdepediatria.blogspot.com.

GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

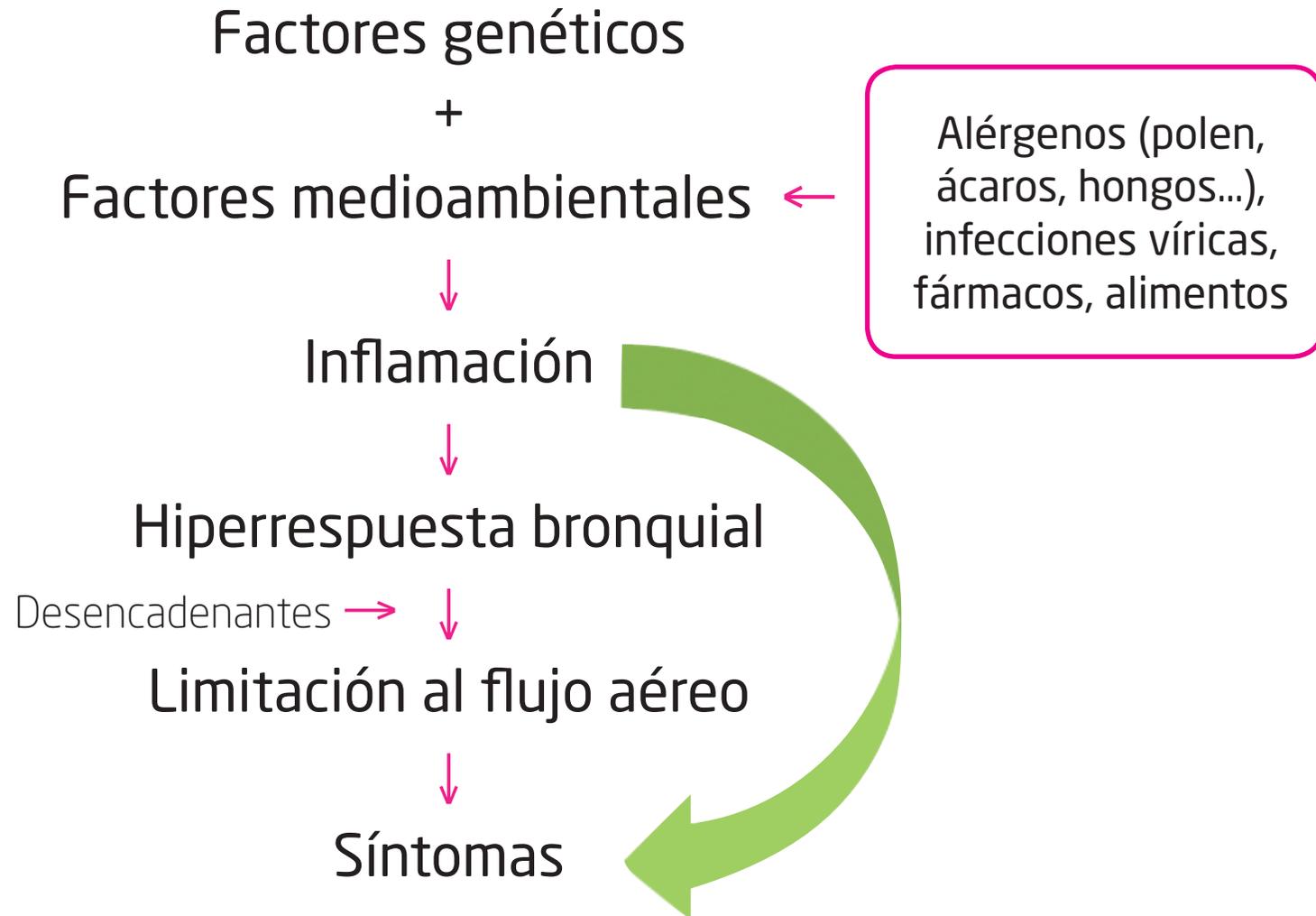
¿Qué hay que saber?

- El asma es la enfermedad inflamatoria crónica de los bronquios más frecuente en la infancia.
- Afecta alrededor del 10% de los niños y adolescentes.
- Es causa frecuente de ausencia escolar, visitas a los servicios de urgencias y hospitalizaciones.

▶ *¿Qué sucede durante un ataque de asma?:* http://kidshealth.org/parent/videos/flare_up_vd_esp.html#cat20255



¿Por qué se produce?



Desencadenantes

- Virus respiratorios.
- Neumoalérgenos:
 - Ácaros (polvo), hongos (humedad).
 - Polen (gramíneas), hierbas, plantas.
 - Epitelio de animales.
- Irritantes y polucionantes:
sprays, pinturas, perfumes...
- Humo de tabaco.
- Aire frío.
- Deporte y ejercicio.
- Emociones (risa, llanto, estrés).



Imagen tomada de <http://www.slideshare.net/MMaquedano/unidad-didctica-asma-2>

GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

¿Qué hay que saber?

- No es un trastorno psicológico ni una enfermedad contagiosa.
- No todos los asmáticos son alérgicos, ni todos los alérgicos son asmáticos.
- El asma puede producirse a cualquier edad.
- No todas las personas son sensibles a los mismos desencadenantes.
- Con el tratamiento adecuado y evitando los desencadenantes puede llevarse una vida normal.



Imagen tomada de www.educamadrid.org

GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

¿Cuándo es más frecuente?

- **Otoño (septiembre-octubre):** por los cambios bruscos de temperatura, aumento de las infecciones respiratorias y la situación emocional asociada al comienzo del curso.
- **Primavera (mayo):** por el aumento de pólenes, ya que el 60% de los asmáticos son alérgicos.



¿Qué síntomas produce?



Sibilancias (pitidos o silbidos en el pecho)



Tos



Dificultad respiratoria (falta de aire o disnea)



Opresión torácica (sensación de opresión en el pecho)

Imagen tomada de FBBVA.es

GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Indican gravedad

- Cianosis (labios ,uñas o piel de color azulado).
- Dificultad para respirar que no permite hablar y/o caminar.
- Confusión mental o pérdida de conciencia.



¿Cómo se diagnostica?

- Su diagnóstico es fundamentalmente clínico, basado en:
 - Historia familiar y personal de alergias.
 - Síntomas recurrentes: tos, fatiga, silbidos, opresión en el pecho.
 - Relación con factores desencadenantes.
- Exploración física.
- Prueba de función pulmonar (espirometría).
- Pruebas alérgicas.



Imágenes tomadas de Escueladepacientes.es y Alergiaweb.com

GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

¿Cómo se trata?

Objetivos:

- Lograr y mantener el control del asma lo antes posible.
- Disminuir y hacer desaparecer los síntomas.
- Tener una calidad de vida normal en todos los ámbitos: escuela, deporte, etc.
- Conseguir una función respiratoria normal.
- Prevenir las exacerbaciones.
- Evitar en lo posible los efectos secundarios de los medicamentos.



Bases del tratamiento

- **Prevención:** conocimiento por parte del paciente y de su familia de la enfermedad y sus desencadenantes.
- **Control medioambiental** y factores desencadenantes.
- **Tratamiento farmacológico.**
- **Vacunas o inmunoterapia:** modifica la respuesta inmune al alérgeno.
- **Educación sobre el asma:** adquirir conocimientos tanto los pacientes como su familia o cuidadores para el control de la enfermedad.



GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES



¿Cómo reconocer el empeoramiento?:

- Aumento de tos nocturna.
- Pitidos en el pecho diarios.
- Fatiga de esfuerzo.
- Uso frecuente de broncodilatadores.

GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Tratamiento

Crisis asmática

Broncodilatadores

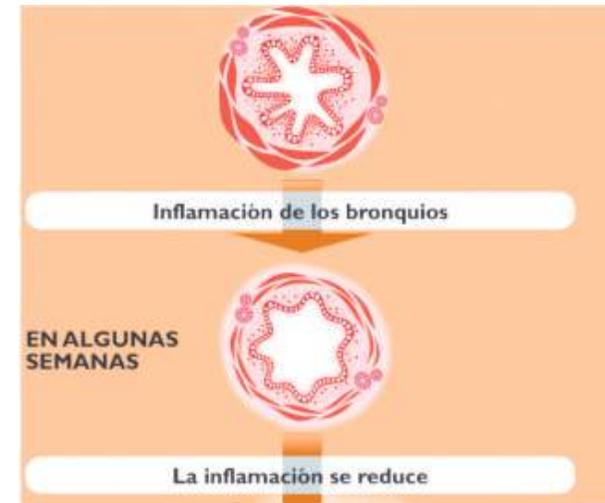
- Relajan los bronquios y facilitan el paso del aire.
- Evitar desencadenantes.



Preventivo

Antiinflamatorios

- Reducen la inflamación crónica de los bronquios.
- Se administran de forma continuada durante algunas semanas.
- Evitar desencadenantes.



Imágenes tomadas de www.neumoped.org/docs/GuiaDonostiaEsp.pdf

GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Tratamiento

Broncodilatadores

- Mejoran rápidamente los síntomas.
- Es la medicación de urgencia.
- Salbutamol (Ventolin®), Terbutalina (Terbasmin®).
- Suelen ser de color azul o gris.
- Efectos secundarios leves: temblor y aumento de frecuencia cardiaca.
- Se administra en una crisis asmática o previo al ejercicio.



Imagen tomada de FBBVA.es

GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Dispositivos

La forma más rápida y con menos efectos secundarios de administrar tanto los medicamentos de rescate como los preventivos es la **vía inhalada**.



Cámara o espaciador con inhalador MDI



Inhalador MDI



Mascarilla



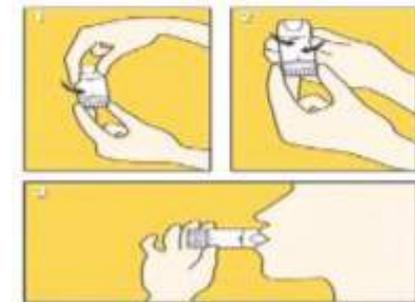
GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Sistemas de inhalación

Edad	Inhalador recomendado
Niños <4 años	Inhalador presurizado con cámara espaciadora de pequeño tamaño y mascarilla facial
De 4 a 6 años	Inhalador presurizado con cámara espaciadora con/sin mascarilla
6 años	Inhalador de polvo seco Inhalador presurizado activado por inspiración Inhalador presurizado con cámara



Imágenes tomadas de Lapediatriadeldiaadia.blogspot.com.es y Vivirmejor.com

GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Normas de manejo de inhaladores

- Utilizar el dispositivo más adecuado a la edad y capacidad de manejo.
- El inhalador con cartucho presurizado (MDI) se debe utilizar en niños siempre con cámara espaciadora.
- Los inhaladores presurizados deben ser agitados antes de cada aplicación.
- No descargar múltiples pulsaciones simultáneas, esperar 30 segundos entre cada pulsación.
- Inhalar inmediatamente después de la pulsación.
- Revisar periódicamente si el dispositivo se encuentra en buen estado y comprobar la técnica de inhalación.

Técnica de inhalación

Inhalador presurizado con cámara y mascarilla



Destapar el inhalador y agitarlo



Conectarlo a la cámara



Mantener la mascarilla apretada y pulsar solo 1 vez el inhalador



Mantener la cámara y mascarilla mientras respira (observar la válvula)



Retirar el inhalador y taparlo



Lavar la boca y zona de contacto con la mascarilla

Imágenes tomadas de Aepap.org. Ilustraciones: Fco. Javier Velasco Fano, Alfonsa Lora Espinosa

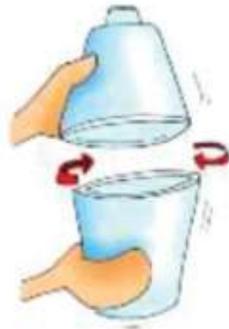
GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Técnica de inhalación

Inhalador presurizado con cámara y boquilla



Ensamblar las piezas



Destapar y agitar



Acoplar el inhalador



Expulsar el aire



Colocar la boquilla en la boca. Pulsar 1 vez



Coger aire lenta y profundamente



Aguantar la respiración



Enjuagar la boca

Imágenes tomadas de Aepap.org. Ilustraciones: Fco. Javier Velasco Fano, Alfonsa Lora Espinosa

GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Técnica de inhalación

Sistema Turbuhaler



Desenroscar la tapa



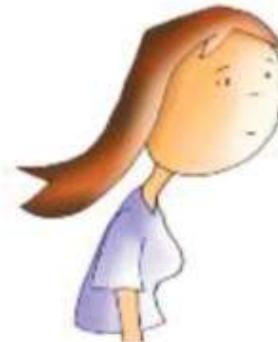
Cargar la dosis



Expulsar el aire



Inhalar fuerte



Aguantar la respiración



Enjuagar la boca

Imágenes tomadas de Aepap.org. Ilustraciones: Fco. Javier Velasco Fano, Alfonsa Lora Espinosa

GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Técnica de inhalación

Sistema Accuhaler



Abrir



Cargar la dosis



Expulsar el aire



Inhalar fuerte



Aguantar la respiración
y cerrar



Enjuagar la boca

Imágenes tomadas de Aepap.org. Ilustraciones: Fco. Javier Velasco Fano, Alfonso Lora Espinosa

GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

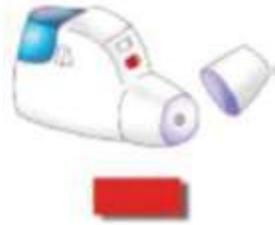
CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Técnica de inhalación

Sistema Novolizer



Destapar el inhalador



Observar la ventana de color rojo



Cargar la dosis



La ventana cambia a color verde



Expulsar el aire



Inhalar fuerte



Aguantar la respiración



Enjuagar la boca

Imágenes tomadas de Aepap.org. Ilustraciones: Fco. Javier Velasco Fano, Alfonsa Lora Espinosa

GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Técnica de inhalación

Sistema Twisthaler



Al desenroscar la tapa
se carga la dosis



Expulsar el aire



Inhalar fuerte



Aguantar la respiración



Poner la tapa y girar hasta
oír un "clac"



Enjuagar la boca

Imágenes tomadas de Aepap.org. Ilustraciones: Fco. Javier Velasco Fano, Alfonsa Lora Espinosa

GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Medidor de flujo máximo pulmonar

- Es un aparato de plástico que sirve para valorar el funcionamiento de los pulmones.
- Cuando se sopla, el aparato indica la velocidad con la que el aire sale de los pulmones y, con ello se puede valorar si el asma mejora o empeora.
- Lo utilizan algunos niños que tienen dificultad para controlar su asma y como indicador de si pueden o no realizar ejercicio.

Se debe soplar rápido y fuerte a la vez.

Las zonas de colores del medidor son como un **semáforo**:

- **Zona verde:** significa adelante, **está respirando bien.**
- **Zona amarilla:** significa **precaución**, puede que necesite tomar su medicación
- **Zona roja:** significa que necesita **ayuda** y tomar su medicación de rescate (broncodilatador). Puede ser necesario acudir a **Urgencias.**



Imágenes tomadas de Educamadrid.org

GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

¿Qué hacer ante una crisis asmática?

- Reposo para que se tranquilice el alumno.
- Eliminar los desencadenantes.
- Administrar 4 pulsaciones del inhalador de rescate (salbutamol o terbutalina).
- Si a los 20 minutos no ha mejorado, repetir otras 4 pulsaciones.
- Solicitar ayuda médica urgente (112) y/o llevar al Centro de Salud más cercano.
- Avisar a los padres.



Imágenes tomadas de Lapediatriadeldiaadia.blogspot.com.es

GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Limpieza y mantenimiento de los sistemas de inhalación

Cámara de inhalación:

- Desmontar la cámara y limpiarla con agua y jabón.
- Si la cámara presenta grietas o no funciona la válvula (no se oye como se abre y cierra al respirar a través de la boquilla) debe cambiarse.
- Dejar secar al aire sin frotar.
- Guardar en un sitio seguro y seco dentro de una bolsa de plástico.

Inhalador MDI:

- Extraer el cartucho del aerosol.
- Lavar con detergente suave la carcasa.
- Aclarar con agua corriente.
- Secar bien para evitar que quede agua en la base de la válvula.



Imagen tomada de Uy.pr.vademecum.com

Los dispositivos dispensadores de polvo seco :

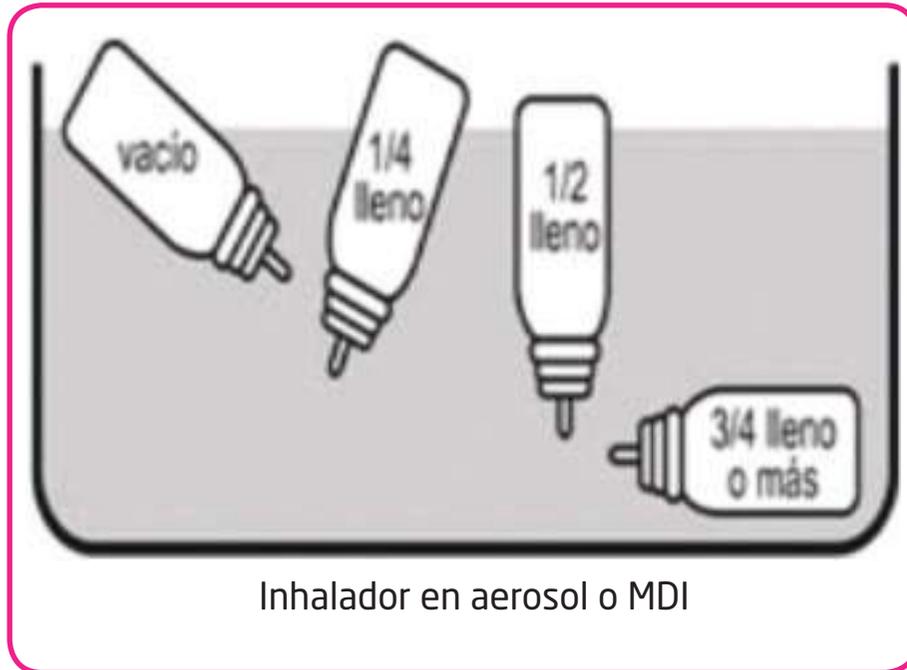
- No lavar nunca con agua.
- Limpiar con un paño seco.
- No deben guardarse en ambientes húmedos (ej. cuartos de baño)

GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Método para conocer la disponibilidad de medicamento en los inhaladores



Imágenes tomadas de Cedimcat.info y BVS.minsa.gob.pe

GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Decálogo de un colegio saludable

	1. El colegio está libre de tabaco .
	2. Existe en el colegio algún encargado de atender a los niños-adolescentes cuando presentan una crisis de asma.
	3. El botiquín del colegio incluye medicación para el rescate de la crisis de asma (salbutamol, terbutalina) y una cámara espaciadora.
	4. Los niños-adolescentes con asma están identificados .
	5. Los niños-adolescentes pueden llevar al colegio las medicinas indicadas por el pediatra y pueden tomarlas con libertad.

Imágenes tomadas de FBBVA.es

GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Decálogo de un colegio saludable

	6. Existe un plan de atención en el caso de una crisis de asma.
	7. El colegio mantiene un nivel de higiene correcto , y una calidad del aire adecuada.
	8. Los profesores de educación física conocen bien qué es la enfermedad asmática, controlan a los niños-adolescentes con asma inducido por el ejercicio.
	9. Las aulas están organizadas de tal forma que minimizan la cantidad de alérgenos presentes.
	10. En las épocas de polinización se toman medidas adecuadas.

Imágenes tomadas de FBBVA.es

GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Ficha del alumno asmático

- Datos personales.
- Teléfono de contacto (padres, tutores).
- Síntomas para reconocer una crisis asmática.
- Tipo de asma.
- Desencadenantes que empeoran el asma.
- Posibilidad de automedicarse.
- Medicación previa al ejercicio, si precisa.
- Medicación preventiva y de rescate.
- Actuación ante una crisis de asma.
- Autorización de los padres.



PROTOCOLO DE ACTUACIÓN ANTE EL ASMA EN LOS CENTROS EDUCATIVOS

Alumno(a):	Padre/representante:	Foto del alumno
Edad:	Teléfono(s) de aviso:	
Tutor(a)/Profesor(a):		
Curso:	Lugar de la medicación:	

Mi hijo tiene asma y:

- Necesita ayuda para administrarse los inhaladores
 Sabe como administrarse a sí mismo los inhaladores

PASO 1. Síntomas leves de asma

Observar y si empeoran los síntomas, continuar en el paso 2	Cómo actuar (A rellenar por el médico)
En caso de que el alumno note dificultad para respirar o tos con el esfuerzo, ahogo, respiración agitada o ruidos en el pecho.	Administrar _____ inhalaciones y si no mejora en 10 minutos repetir otras _____ inhalaciones e ir al Paso 2

PASO 2: Síntomas moderados o graves de asma

Observar y evaluar	Cómo actuar (A rellenar por el médico)
Si mejoran los síntomas con el tratamiento anterior	El alumno se reincorporará a sus actividades.
Si empeoran los síntomas con dificultad respiratoria intensa, casi no puede hablar, tiene coloración morada o se marea.	Administrar _____ inhalaciones y llevar al niño a alguna instalación médica AVISAR 112 (Urgencias) y a la familia

En caso de asma inducida por ejercicio

Si el alumno con asma nota dificultad respiratoria o tos durante el ejercicio , deberá parar y ...	Administrar _____ inhalaciones
Para prevenir el asma inducida por ejercicio	Administrar _____ inhalaciones 30 minutos antes del deporte
El deporte es muy importante para el niño con asma, aunque si el alumno no está bien controlado, debe realizar ejercicio físico acorde con sus posibilidades, teniendo en cuenta que los ejercicios físicos prolongados (carrera continua) suelen ser los que con más frecuencia pueden desencadenar asma, siendo mejor tolerados los esfuerzos intermitentes. Siempre será necesario facilitar un acceso rápido a sus inhaladores y, en caso de que presente síntomas de asma, deberá parar, utilizar la medicación y no reiniciar la actividad hasta recuperarse.	

GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

LLAMADA DE EMERGENCIA

1. NO DEJAR SOLO AL ALUMNO
2. Llamar a los padres o tutores _____ o urgencias (112)
3. Aun cuando los padres/representantes legales no puedan ser contactados, no dude en administrar la medicación prescrita (deber de socorro).

Yo, _____ como padre/madre/tutor legal, autorizo y agradezco la administración de medicamentos que constan en esta ficha a mi hijo _____. Estoy también de acuerdo en eximir al centro y al personal escolar de toda reclamación de responsabilidad en el caso de administrarse los medicamentos contra el asma.

AUTORIZACIÓN

El Dr. _____ ha revisado el protocolo y prescrito la medicación específica de actuación.

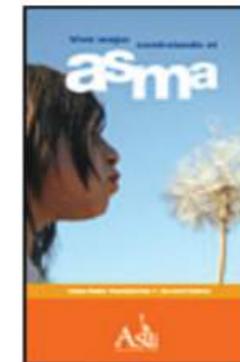
De conformidad con el artículo 195 del Código Penal, se establece como delito de incumplimiento de la obligación de todas las personas de socorrer a una persona que se halle desamparada y en peligro manifiesto y grave, cuando pudiese hacerlo sin riesgo propio ni de terceros. Igualmente, el artículo 20 del Código Penal indica que están exentos de responsabilidad criminal los que obren en cumplimiento de un deber. Debiendo indicarse que no existirá responsabilidad de cualquier género si en el uso del deber de socorrer, se produce alguna aplicación incorrecta del medicamento de rescate.



sociedad española
de alergología
e inmunología clínica

Información de interés

- Grupo de Vías Respiratorias de la AEPap: <http://www.respirar.org/grupo-de-vias-respiratorias>
- Guía española para el manejo del asma: <http://www.gemasma.com>
- Global Initiative for asthma: <http://www.ginasthma.com>
- Asma inducida por ejercicio: http://kidshealth.org/parent/en_espanol/medicos/exercise_asthma_esp.html
- Sociedad Española de Inmunología Clínica y Alergia Pediátrica: <http://www.seicap.es/familiares.asp>
- Hojas de recomendaciones para alergia y asma infantil: <http://www.seicap.es/ver-informe.asp?sec=45&msg=1121&s1=>
- Sociedad Española de Neumología Pediátrica: http://www.neumoped.org/senp_asmaesc.htm
- Respirar/To breathe: <http://www.respirar.org/>
- Alergia y asma en la web. <http://alergiaweb.com>
- Sociedad Española de Pediatría Extrahospitalaria y Atención Primaria: <http://www.sepeap.org/index.php?menu=562>
- Fundación Roger Torné: <http://www.fundrobertorne.org/salud-infancia-medio-ambiente/divulga/inspira-nuevo/2013/10/22/asma-y-actividad-fisica/>
- Sociedad Española de Alergología e Inmunología Clínica. Protocolo de actuación ante el asma en centros educativos: <http://www.seaic.org/profesionales/blogs/alergia-infantil/protocolo-de-actuacion-ante-el-asma-en-los-centros-educativos.html>
- Academia Americana de Alergia, Asma e Inmunología: <http://www.aaaai.org/patients/resources/spanish.stm>
- *Asma en los centros escolares*: <http://enfamilia.aeped.es/libros-recomendados/asma-en-centros-escolares>
- *El asma en la infancia y la adolescencia*: http://www.fbbva.es/TLFU/mult/ASMA_INTERACTIVO.pdf



GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Vídeos sobre asma

¿Qué sucede durante una crisis de asma?

- http://kidshealth.org/misc/movie/spanish/asthma/HowAsthmaAffectsBreathing_ESP.html
- <http://asma.com/asma/asma.asp>



Manejo de inhaladores

- Inhaladores: álbum fotográfico e instrucciones de uso. En: Respirar - Portal Familia.
- Manejo de dispositivos de inhalación en el tratamiento del asma. Familia y Salud. <http://www.familiaysalud.es/medicinas/normas-de-uso-de/manejo-de-dispositivos-de-inhalacion-en-el-tratamiento-del-asma>
- http://www.inforespira.com/videos_inhaladores/
- Escuela de pacientes. Junta de Andalucía: http://www.escueladepacientes.es/ui/aula_guia.aspx?stk=Aulas/Asma_Infantil/Guias_Informativas/Guia_Informativa_Asma_Infantil

Cuentos sobre el asma

- El mago del asma: <http://www.nationaljewish.org/healthinfo/pediatric/asthma/asthma-wizard/spanish-wizard/chapter1.aspx>
- Cecilia controla su asma: http://www.youtube.com/watch?v=I4MHCKc_t2c



GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Cómo actuar ante un atragantamiento

Elena Fernández Segura

Pediatra. CS de Nerja. Málaga



GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

¿Qué es?

Ocurre cuando un objeto o alimento se introduce en la vía respiratoria y la obstruye.

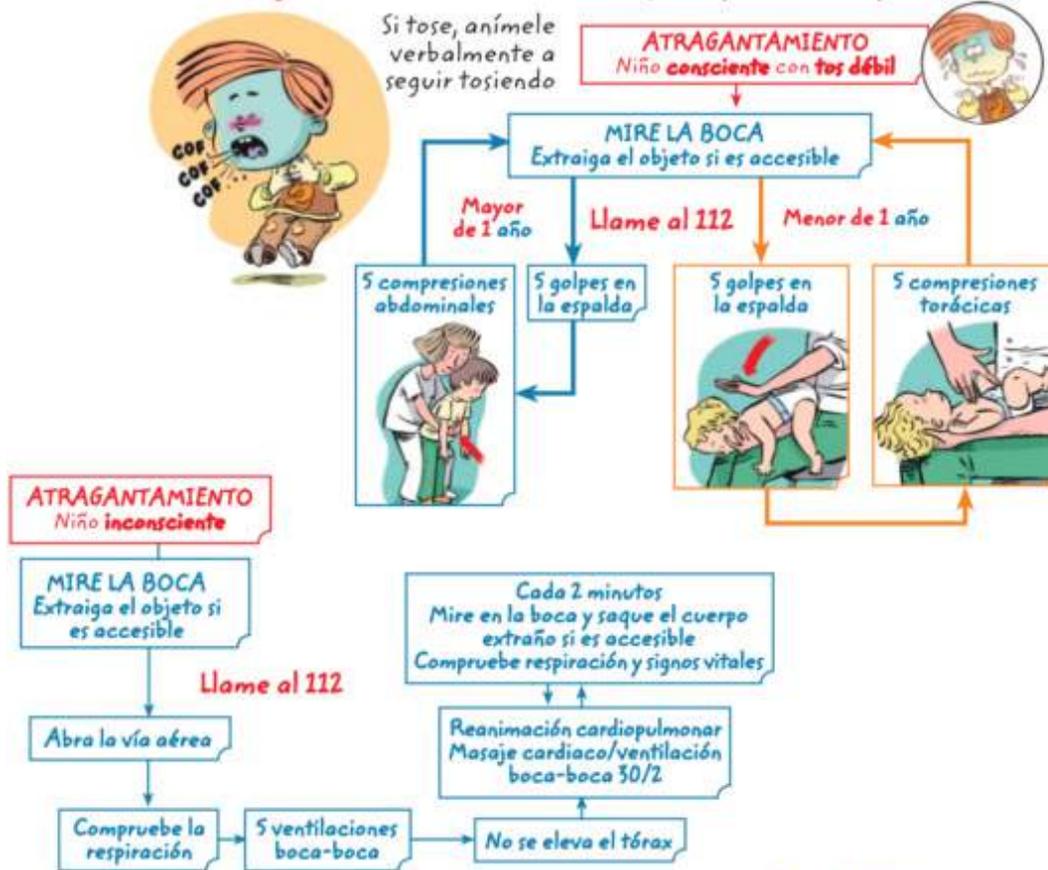
Se trata de un episodio rápido e inesperado que causa mucha angustia

¿Qué hay que saber?

- El niño se lleva las manos al cuello con sensación de ahogo.
- No puede hablar.
- Comienza con tos importante.
- Los labios y la cara se ponen morados.
- Pierde el conocimiento.

Qué hacer

El objetivo es desobstruir la vía aérea, no expulsar el cuerpo extraño



Llamar al
112

MANTENER LA CALMA

Qué NO hacer

Si su hijo **tose** con fuerza, no interfiere y no le golpee en la espalda.

No le saque nada de la boca a ciegas.



Imagen tomada de SEUP.org

GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES
CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Recuerde

Si el niño está inconsciente:

2 respiraciones



30 masajes

GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

El niño celíaco en el colegio

Fátima Muñoz Velasco

Pediatra. CS de Sánchez Morate. Getafe. Madrid



GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

¿Qué es?

- Es una intolerancia permanente al gluten.
- Se produce en personas genéticamente predispuestas.
- Hay lesión en la mucosa del intestino delgado.
- Como consecuencia hay una inadecuada absorción de los alimentos.



Síntomas más frecuentes

- Diarrea crónica y vómitos.
- Anemia crónica.
- Retraso del crecimiento.
- Pérdida del apetito y de peso.
- Distensión abdominal.
- Alteración del carácter.



¿Cómo se diagnostica?

Análisis de sangre



Sospecha

Biopsia intestinal



Confirmación

Tratamiento

El tratamiento es dieta exenta de gluten durante toda la vida



¿Qué hay que saber?

- El gluten está en el trigo, cebada, centeno, espelta, kamut, triticale y posiblemente en la avena.
- El trigo se usa para hacer el pan, las galletas, las pastas alimenticias... Como ingrediente aparece en otros productos elaborados y envasados.

¿Cómo actuar?



Hay que leer la etiqueta de los productos manufacturados

GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Alimentos con gluten

- Trigo.
- Cebada.
- Centeno.
- Espelta.
- Kamut y triticale (cereales "sintéticos").
- Avena.



- Pan, bollos.
- Pasteles, tartas.
- Galletas, bizcochos y productos de repostería.
- Pastas alimenticias.
- Productos manufacturados que en su composición aparezca alguna de las harinas citadas, en cualquiera de sus formas: almidones, féculas, sémolas, proteínas.

GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Pueden contener gluten

- Embutidos.
- Quesos fundidos.
- Conservas de carne y de pescado en salsa.
- Golosinas.
- Sucedáneos de café y chocolate.
- Frutos secos fritos, o tostados con sal.
- Helados.
- Colorante alimentario.



GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

No tienen gluten

- Leche.
- Carnes, cecina, jamón serrano y cocido de calidad extra.
- Pescados, mariscos.
- Huevos.
- Verduras, hortalizas y tubérculos.
- Frutas.
- Arroz, maíz, y tapioca (en grano).
- Legumbres.
- Azúcar y miel.
- Aceites, mantequillas.
- Café, refrescos, vinos y bebidas espumosas.
- Frutos secos naturales.
- Sal, vinagre de vino, especias en rama y grano.



Cereales para celíacos

GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

¿Cómo actuar?

Comprobar siempre y tener a mano la lista de alimentos aptos para celíacos vigente que elabora la asociación FACE anualmente.



Herramientas de información

Aplicaciones para móviles (apps):
<http://www.familiaysalud.es/sintomas-y-enfermedades/aparato-digestivo/problemas-con-alimentos/con-que-herramientas-de>

GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES
CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

¿Cómo actuar?

Dieta equilibrada
saludable

Alimentos sin gluten
certificados

Controlar intercambios
de alimentos entre
niños



Caterings para
celíacos

GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES
CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Cómo actuar cuando un niño convulsiona

Catalina Núñez Jiménez

Pediatra. CS de Trencadors. Palma de Mallorca



Imagen tomada de <http://e.bp.blogspot.com/3-3sm1nNUbdl/UZ-PLgTaj3I/AAAAAACF7g/hrCygu4NdFw/s1600/9807018-vista-lateral-del-cerebro-humano.jpg>

GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

¿Qué es una convulsión?

Contracción involuntaria y patológica de los músculos



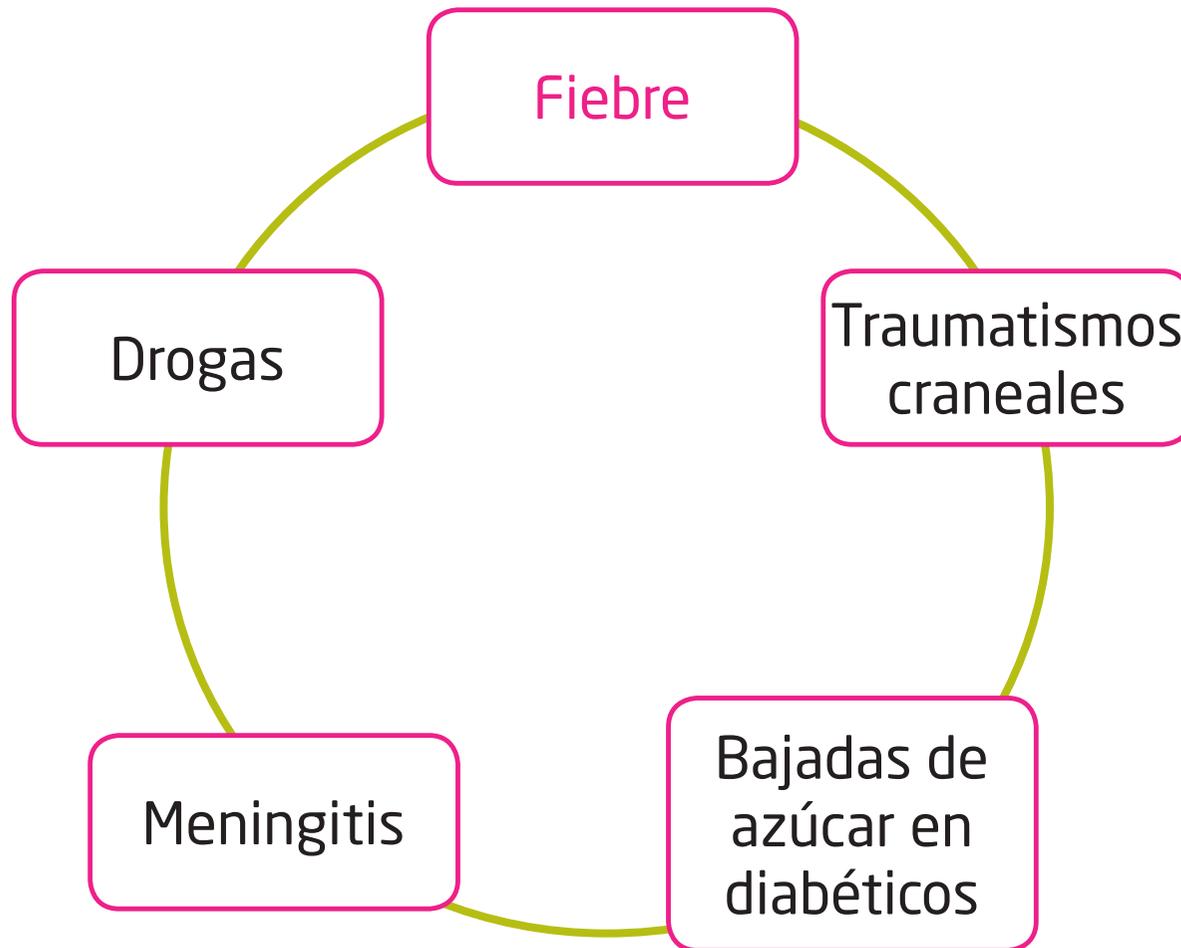
Movimientos irregulares localizados en un grupo muscular, en varios o bien en todo el cuerpo

Imagen tomada de https://encrypted-tbn3.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcTBaw1ALMaBNE7zEfCdJgVelzQs_oLFych9DjrQC_ub81G-Kojm



Suelen iniciarse de forma súbita y duran poco tiempo

¿Cuáles pueden ser las causas?



En los niños pequeños la causa más frecuente son las convulsiones febriles

GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

¿Qué síntomas produce?

- Movimientos involuntarios y rigidez corporal.
- A veces van precedidos de cambios de humor, dolor de cabeza, irritabilidad y mirada fija.
- Desvanecimiento súbito, sin causa aparente.
- Emisión espontánea de heces u orina.

- Salivación excesiva.
- Sudoración, náuseas, palidez.
- Fiebre (en convulsiones febriles).
- Músculos flácidos.
- Pérdida de consciencia.
- Pérdida de memoria transitoria.

¿Qué haremos ante una crisis convulsiva?

Durante la crisis ...

1. Tumbarse a la víctima (si es posible de lado) y evitar que pueda hacerse daño. Crear un ambiente tranquilo.
2. Comprobar que respira bien. **No es necesario introducir ningún objeto en la boca que le pueda hacer daño.**
3. Aflojarle la ropa y si lleva algún objeto en el cuello que pueda comprimirle, quitárselo.
4. Si tiene fiebre, intentar bajarla quitándole la ropa.



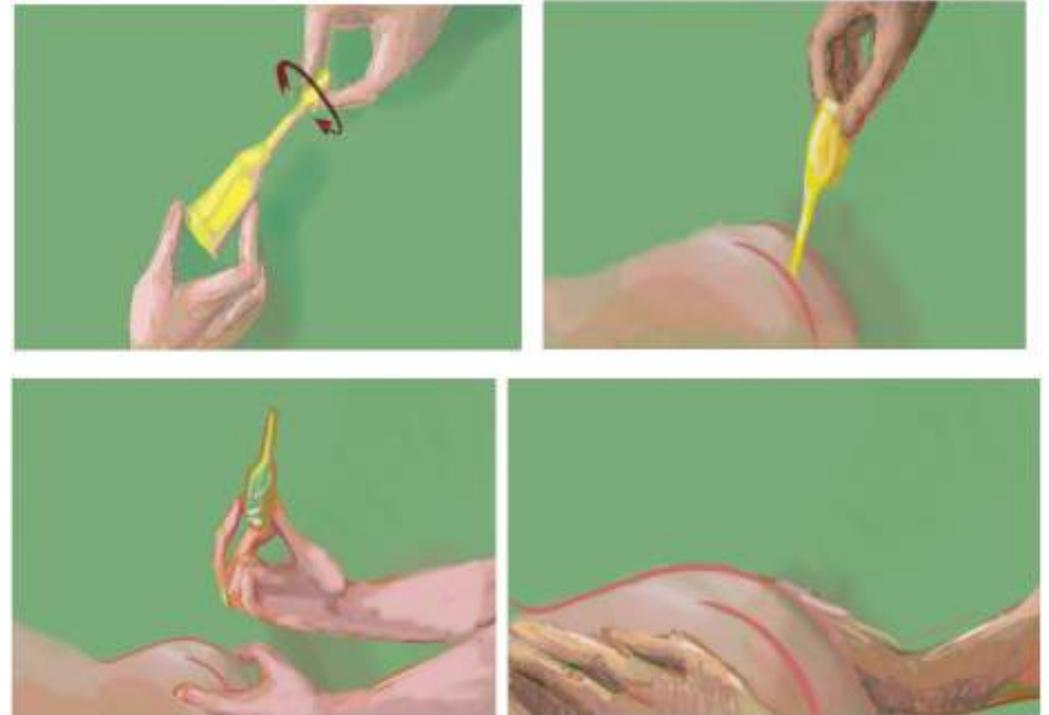
¿Qué haremos ante una crisis convulsiva?

Si dura más de 10 minutos o es la primera vez que ocurre, es conveniente llamar al teléfono de emergencias 112 y buscar ayuda médica.



¿Qué haremos ante una crisis convulsiva?

Si no es la primera vez que le ocurre y su pediatra se lo ha aconsejado, administrarle medicación por vía rectal u oral. Pueden tener prescrito **diazepam** por vía rectal (Estesolid) o **midazolam** por vía oral (Buccolam).



📌 *¿Cómo se administra?:* http://www3.gobiernodecanarias.org/medusa/mediateca/publicaciones/?attachment_id=93

GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

¿Qué haremos ante una crisis convulsiva?

Esperar
a que acabe
la crisis

Medir
cuánto
tiempo dura

No debemos
dejar solo
al niño



Imagen tomada de <https://encrypted-tbn3.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcQp-l1N0-N519UN6GY1p5Ju5ZleiL9LVa271T26GPM6ffLE2VZ5sA>

GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

¿Qué haremos ante una crisis convulsiva?

- ¿Cómo ayudar a un niño que presenta un ataque epiléptico?: <http://www.familiaysalud.es/sintomas-y-enfermedades/cerebro-y-sistema-nervioso/sintomas-neurologicos/como-ayudar-un-nino-que>



Ilustración de Julia Zapatero Rodríguez

GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Tras pasar la crisis ...

1. Valorar el estado de consciencia de la víctima (es normal que este muy somnolienta).
2. Colocarla en la posición lateral de seguridad.
3. Avisar a la familia.
4. Avisar a los Servicios de Urgencias si es la primera vez.

Cómo actuar ante un desmayo o lipotimia

Eva Suárez Vicent

Pediatra. CS Burriana II. Castellón



GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

¿Qué es?

- Pérdida transitoria del conocimiento y del tono muscular, causada por una disminución del riego sanguíneo cerebral, de inicio rápido, duración corta y recuperación espontánea completa.
- A pesar de que la recuperación rápida es lo más habitual, pueden persistir sensación de fatiga o malestar durante horas.

No es síncope

Otras pérdidas de conciencia que no son síncope:

- Epilepsia.
- Migraña o jaqueca.
- Traumatismo craneoencefálico.
- Accidente isquémico transitorio.
- Hipoglucemia, anemia, alteraciones electrolíticas.
- Intoxicaciones por fármacos, drogas, monóxido de carbono.

Cómo actuar

1. Cuando el niño empiece a sentirse mal, debe sentarse o tumbarse enseguida, para evitar el síncope y la caída.
2. Aconsejar que respire lenta y profundamente.
3. Si se desmaya, subirle las piernas y poner la cabeza de lado para que respire mejor.



Imagen tomada de <https://encrypted-tbn3.gstatic.com/imagen?q=tbn:ANd9GcQ4oxTOj-nRidllmsfQ4TrQTWNK0ftY6yvxWHGH1CA9RU6byeNf>

GUÍA DE AYUDA

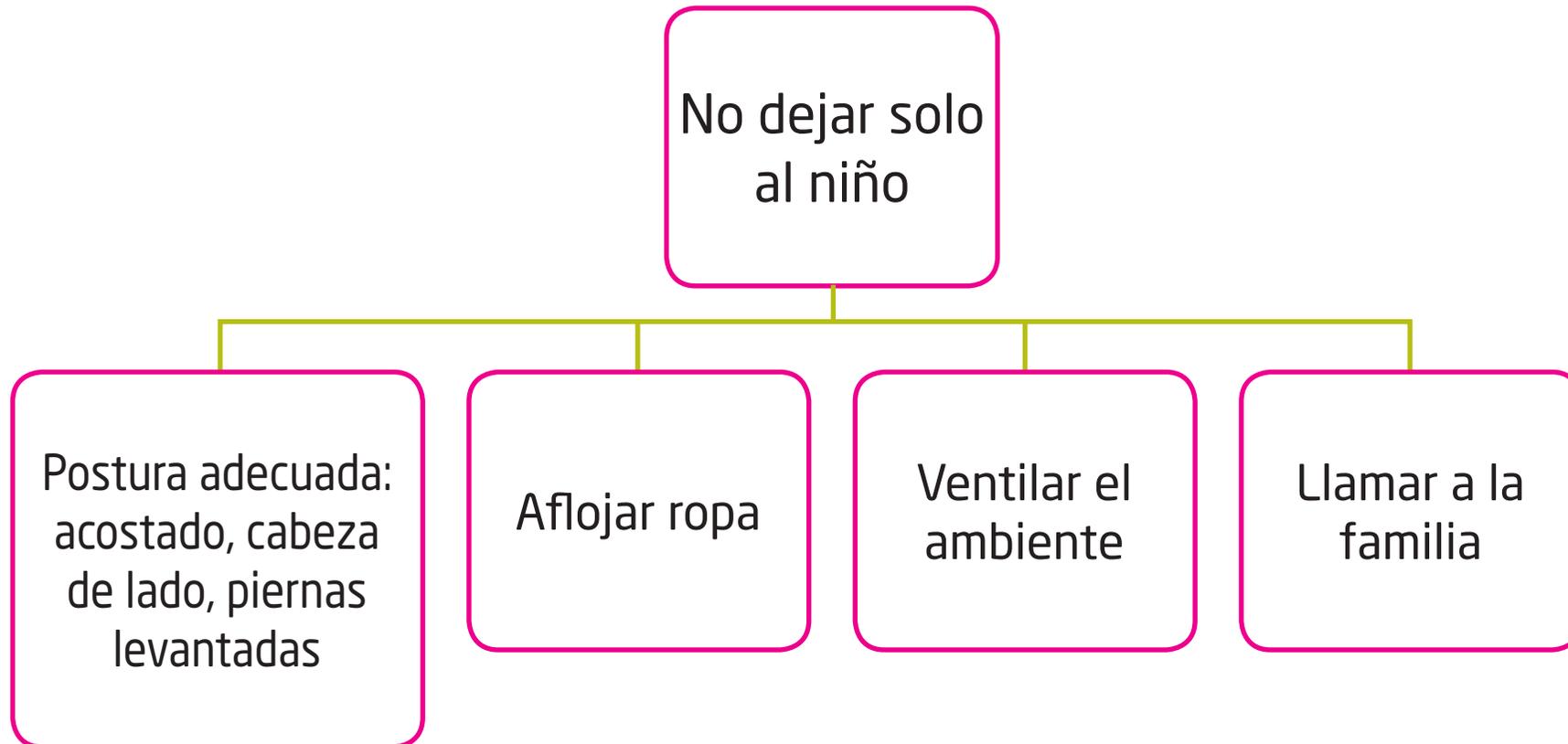
MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Cómo actuar

4. Durante el síncope, puede que el niño deje de respirar, se ponga morado y rígido, e incluso presente contracciones musculares repetidas, como una crisis epiléptica. Se diferencia en que cede sola en pocos segundos y enseguida recupera el conocimiento.
5. Al recuperar el conocimiento: tranquilizarles, que se incorpore poco a poco, sentarse con la cabeza baja → sentarse normal → andar. Este proceso puede durar hasta 15 o 20 minutos.
6. Cuando el niño está consciente e incorporado, le podemos ofrecer bebidas azucaradas para que se recupere mejor.

Cómo actuar



GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

¿Debe remitirse a Urgencias?

- Tras un síncope con algún criterio de sospecha de origen cardiaco (por ejemplo con el ejercicio), se debe aconsejar acudir al pediatra sin demora o a Urgencias.
- En los síncope por factores desencadenantes típicos no es preciso ir a Urgencias, pero sí pedir cita normal con el pediatra.
- Las pérdidas de conocimiento no sincopales también requieren atención urgente, salvo algunas excepciones, como las debidas a rabieta.



El niño diabético en la escuela

M.^a Esther Serrano Poveda

Pediatra. CS Miguel Servet-Benicalap. Valencia

A B C



GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

¿Qué es?

- Enfermedad crónica.
- Enfermedad no contagiosa.
- Tratamiento con insulina inyectada.
- Dieta y ejercicio normales.
- Controles de glucemia diarios.



Se debe a la falta de producción de insulina por el páncreas

GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

¿Qué hay que saber?

- Permitir que coma si tiene sensación de hambre.
- Hacer el mismo ejercicio físico que sus compañeros en condiciones normales.
- No hacer ejercicio si está enfermo.
- Permitir los controles de glucemia o la inyección de insulina.
- Es importante el intercambio de información con los padres.



¿Qué hay que saber?



Posibles problemas



Hipoglucemia
Menos de 70 mg/dl

Hiperglucemia
Más de 180 mg/dl

Normoglucemia
70-110 mg/dl

Cambios de humor o comportamiento
Sudor frío
Palidez
Temblor
Nerviosismo
Falta de concentración
Hormigueos
Hambre o mareo
Náuseas
Dolor cabeza
Visión nublada
Confusión

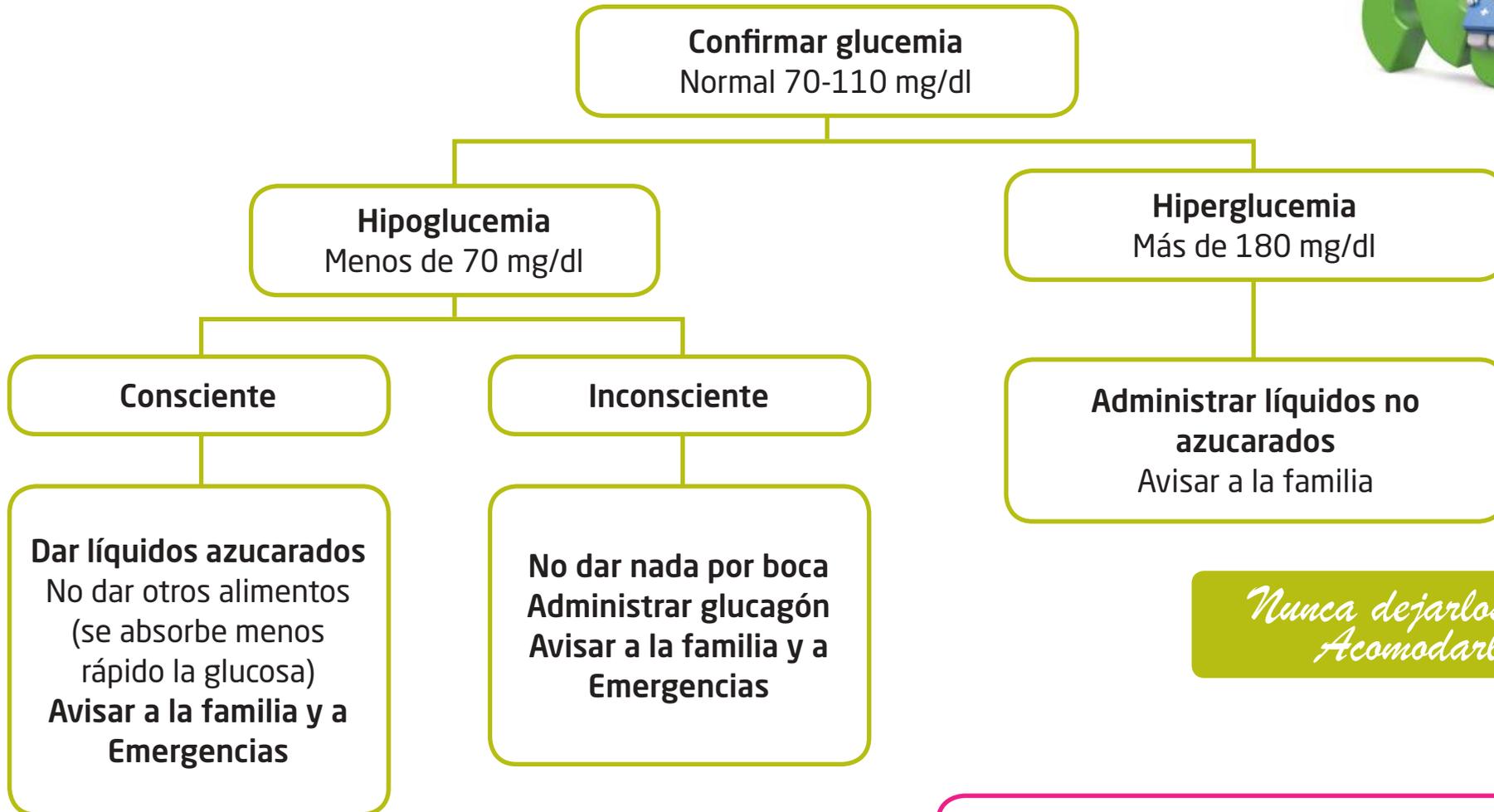
Sed intensa
Hambre intensa
Orina abundante
Cansancio
Vómitos
Calambres
Dolor abdominal o de cabeza

GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

¿Cómo actuar?



Teléfono de Emergencias:

GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

¿Cómo usar el glucagón?



Kit de emergencia de glucagón (Glucagen Hypokit 1 mg).

Fuente: <http://www.mistrymedical.com/graphics/products/medium/zulho2.jpg>

- Conservar en nevera (2-8 °C).
- No congelar.
- No usar si está caducado o con aspecto de gel.
- Inyectar bajo la piel o en un músculo.

GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Pasos a seguir

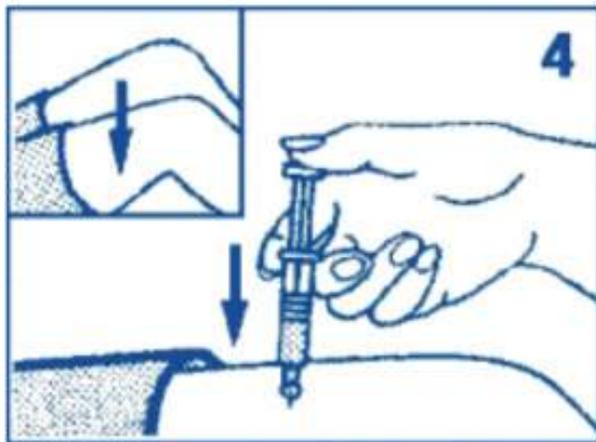
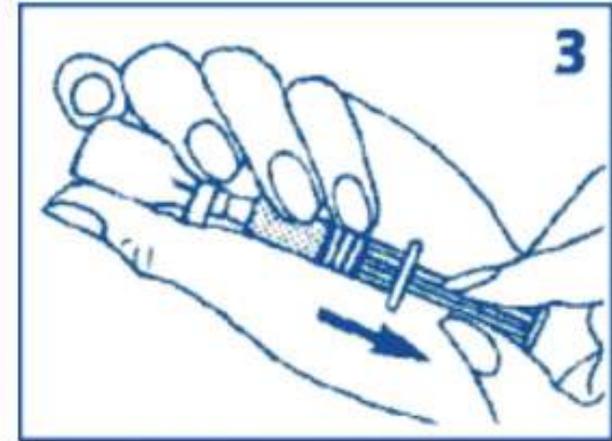
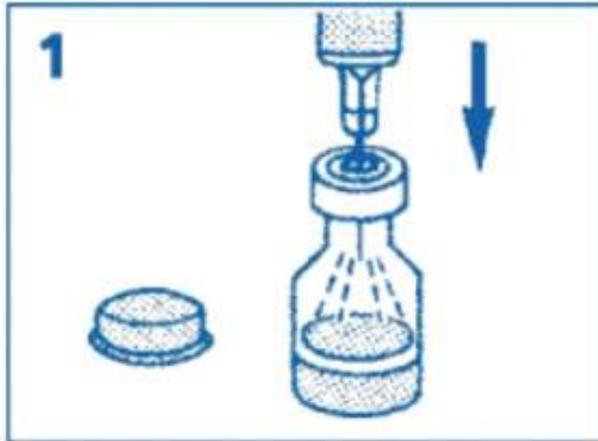


Imagen tomada de
http://www.vademecum.es/medicamento-glucagen+hypokit_prospecto_59327

Dosis:

- Menos de 2 años: 0,25 ml.
- Menos de 25 kg (o 6-8 años): 0,5 ml.
- Más de 25 kg (o 6-8 años): 1 ml.
- Se puede repetir en 10 minutos si no se recupera.

GUÍA DE AYUDA

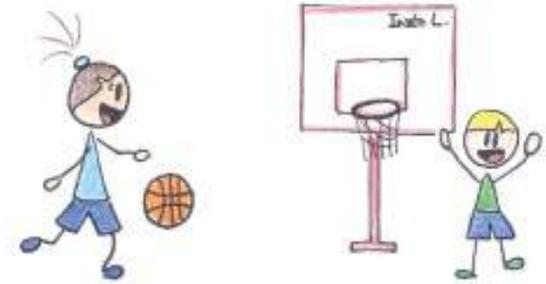
MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

¿Cómo actuar?

Otros consejos:

- Permitir que beba o coma cuando lo necesite.
- Permitir los controles de glucemia cuando sea preciso, así como la administración de insulina.
- No permitir que haga ejercicio si está enfermo.
- Disponer de alimentos azucarados en el centro para una situación de emergencia (zumos, azúcar).
- Compartir información con los padres sobre su medicación.
- Disponer de medicación en el centro y responsabilizarse de su conservación.
- Complimentar la ficha del alumno así como los documentos de autorización correspondientes.



GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Dietas especiales: celíacos, alérgicos a alimentos

Pascual Barona Zamora

Pediatra. CS Padre Jofre. Valencia



GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Intolerancia a la lactosa

- Lactosa: principal azúcar de la leche.
- Intolerancia a lactosa → déficit de lactasa.
- Síntomas:
 - Retortijones.
 - Dolor abdominal.
 - Gases.
 - Diarrea.
- La mayoría toleran una dieta baja en lactosa.
- Algunos necesitan una dieta estricta sin lactosa.



¿Qué alimentos contienen lactosa?

- Leche, tanto entera como desnatada.
- Batidos, flanes, natillas y postres lácteos.
- Salsas y platos que se hacen con leche: croquetas, canelones, bechamel, helados, bollería, pasteles, chocolate, etc.
- El yogur, el kéfir y el queso tiene poca lactosa: algunos niños que no son muy sensibles a la lactosa pueden tolerarlos.



Alimentos sin lactosa para asegurar un adecuado aporte de calcio

- Leche y otros productos sin lactosa.
- Verduras: brócoli, berza, espinacas, coliflor.
- Frutos secos (almendras, pistachos, pipas de girasol).
- Zumo de naranja fortificado.



- Tofu.
- Legumbres: judías, guisantes, garbanzos, soja.
- Pescados y mariscos: salmón, langostinos, gambas, almejas, berberechos.
- Sardinillas enlatadas.

GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Alergia e intolerancia a las proteínas de vaca

- APLV → mediada por IgE.
- IPLV → no mediada por IgE.
- Proteínas de la leche:
 - Caseína
 - α -lactoalbúmina.
 - β -lactoglobulina.
- Proteína de la leche y la carne:
 - Seroalbúmina.
 - Lactoferrina.
 - Inmunoglobulinas.

No todos los alérgicos a las proteínas de vaca son alérgicos a la carne de vaca



Las proteínas de la leche de cabra, oveja y búfala son parecidas a las de la leche de vaca.

Alergia e intolerancia a las proteínas de vaca

Ingredientes que contienen leche	Ingredientes que no contienen leche
<p>Leche Productos sólidos de leche Suero de leche agria Crema Mantequilla Nata Caseinato cálcico (H4511), sódico (H4512), potásico y magnésico Lactoalbúmina Lactoglobulina Ghee Dulce de leche cuajada Cuajada o requesón Suero láctico Caseína Turrón Flan o natilla</p>	<p>Lactato de calcio Esteroil lactilato de calcio Esteroil lactilato de sodio Mantequilla de coco Crema de tartar Ácido láctico Oleorresinas</p> <div data-bbox="1294 815 1962 1203"><p><i>¡Hay que leer las etiquetas!</i></p></div>

GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Alergia e intolerancia a las proteínas de vaca

Alimentos que no se pueden comer

Leche de vaca

Natural o manufacturada, en polvo, descremada, condensada, evaporada, para lactancia...

Productos lácteos

Yogur, natillas, flan, queso, requesón, natillas de chocolate, *petit suisse* o similar, arroz con leche, mantequilla, helados, cuajada, batidos...

Productos con alguna cantidad de leche

- Galletas, magdalenas, pasteles, repostería, bollería...
- Chocolates con leche, caramelos con leche.
- Algunas margarinas, cremas de cacao.
- Papillas de cereales o frutas lacteadas.
- "Potitos" con leche.

GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Alergia e intolerancia a las proteínas de vaca

Alimentos que no se pueden comer (si asocia alergia a carne de vacuno)

- Carnes de vacuno: ternera, vaca, toro, buey, novillo.
- Caldos de carne y algunas sopas de sobre o enlatadas.
- Ciertas clases de jamón de York. Conservas de vaca o ternera.
- Ciertos embutidos: chorizo, salchichón, mortadela, salchichas Frankfurt, sobrasada, longanizas...
- "Potitos" con carne de ternera o vaca.

Alergia e intolerancia a las proteínas de vaca

Alimentos permitidos

Leches

De soja, de almendras, productos sin leche de vaca, galletas y magdalenas sin leche, chocolate puro sin leche, margarinas 100% vegetales, horchata y polos de "hielo", papillas no lacteadas y "potitos" sin leche.

Productos sin carne de vacuno (para niños alérgicos a la carne de vacuno)

Carne de avestruz, caballo, cerdo, conejo, pollo, cordero, caza...

Jamón serrano o cocido.

Embutidos (si hay certeza absoluta de que no contienen leche o carne de vaca).

"Potitos" sin carne de vacuno.

Sopas o cocidos caseros sin carne de vacuno.

Productos sin ninguna cantidad de leche:

Pescado, fruta, verdura, huevos y en general todos aquellos alimentos que no contienen leche o carne de vacuno.

Enfermedad celíaca

- Intolerancia permanente al gluten.
- Gluten: proteína presente en algunos cereales:
 - Trigo.
 - Avena.
 - Cebada.
 - Centeno.
 - Kamut.
 - Sémola.
 - Espelta.



Gluten free

- Síntomas: dolor abdominal, irritabilidad, diarrea, distensión abdominal, fallo de medro, anorexia, desnutrición, anemia, osteoporosis...
- Tratamiento: **dieta estricta sin gluten toda la vida.**

GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Enfermedad celíaca

No se pueden comer

Los alimentos que contengan gluten:

- Trigo.
- Avena.
- Cebada.
- Centeno.
- Espelta.
- Triticale.
- Sus derivados: almidón, harina, panes, pastas alimenticias...

Se pueden comer

- Cereales sin gluten: arroz, maíz, soja, tapioca, fríjoles, sorgo, quínoa, mijo, alforfón, ararais, amaranto y harina de nueces.
- Alimentos naturales que no contienen gluten: leche y derivados, carnes, pescados y mariscos, huevos, frutas, verduras, hortalizas, legumbres, tubérculos, cereales permitidos, grasas comestibles y azúcar.

Enfermedad celíaca

Ingredientes que rechazar

- | | |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none">• Gluten.• Cereales.• Harina.• Almidones modificados (E-1404, E-1410, E-1412, E-1413, E-1414, E-1420, E-1422, E-1440, E-1442, E-1450).• Amiláceos.• Fécula.• Fibra.• Espesantes.• Sémola. | <ul style="list-style-type: none">• Proteína.• Proteína vegetal.• Sémola.• Proteína.• Proteína vegetal.• Hidrolizado de proteína.• Malta.• Extracto de malta.• Levadura.• Extracto de levadura.• Especias.• Aromas. |
|---|--|

Leer siempre la etiqueta del producto de compra

GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Cuestiones de interés

- Evitar productos a granel, elaborados artesanalmente o que no estén etiquetados.
- Cuidado con las harinas sin gluten si no certifican que están libres de gluten.
- Es aconsejable comprar productos con certificado de calidad de alimentos sin gluten.
- Especial precaución en bares, restaurantes y comedores escolares.
- **Ante la duda de si un producto lleva gluten, no hay que consumirlo.**

Cómo actuar ante un dolor abdominal

Eva Suárez Vicent

Pediatra. CS Burriana II. Castellón



GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

¿Qué es el dolor abdominal?

- Malestar, molestia o dolor en la zona entre las últimas costillas y el pubis.
- Su causa puede estar en el abdomen o fuera de él.
- No se puede medir ni la cantidad ni la calidad.
- Nos guiamos por lo que el niño cuenta y por otros síntomas (vómitos, diarrea, fiebre).

¿Qué hay que saber?

Es importante conocer del dolor abdominal:

- **Edad** del niño.
- **Tiempo** de evolución: horas, días o semanas.
- **Temperatura:** normal, febrícula o fiebre.
- **Vómitos:** presencia o no, duración, contenido.
- **Deposiciones:** duras (bolitas), blandas o líquidas.
- **Estado general** (si esta contento, algo decaído o postrado).
- Si el dolor **interfiere con la actividad** que está realizando en ese momento o no.
- **Golpes** o caídas recientes sobre el abdomen.
- Características del dolor: **intensidad;** continuo o intermitente.
- Si puede ser debido a la **menstruación.**



GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

¿Cómo actuar?

1. Tranquilizar al niño.
2. Buscar un ambiente adecuado.
3. Colocarle en una postura más cómoda.
4. Aliviar con un masaje abdominal o con paños calientes.
5. Invitarlo a defecar, pues muchas veces lo calma.
6. Contraindicados todos los medicamentos antiespasmódicos y analgésicos.
7. Si se trata de una adolescente con dolor menstrual, se puede administrar ibuprofeno 400 mg.



¿Cuándo hay que preocuparse?

- Mal aspecto.
- Palidez.
- Sudoración, frío o temblores.
- No se quiere mover.
- No puede andar bien.



- Dolor muy localizado y persistente.
- El dolor aumenta cada vez más
- Antecedente de golpe en abdomen unos días antes.
- Hay sangre en las heces.
- Vómitos repetidos.

Avisar a los padres cuando el dolor tenga síntomas de alarma



GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Cómo actuar si un niño tiene fiebre

M.^a Esther Serrano Poveda

Pediatra. CS Miguel Servet-Benicalap. Valencia



GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

¿Qué es la fiebre?

Temperatura normal	36-37 °C axilar Hasta 37,5 °C rectal
Febrícula	Entre 37 y 38 °C
Fiebre moderada	Entre 38 y 39 °C
Fiebre alta	Entre 39 y 40 °C
Fiebre muy alta	Más de 40 °C

GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Cómo medir la temperatura



Termómetro
electrónico



Menor de dos años: recto
Mayores de dos años: axila

GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Cómo medir la temperatura

- Ya no se usa el termómetro de mercurio por contaminante y por el riesgo de toxicidad.
- Mantener puesto 3-5 minutos.
- Poco fiables:
 - Tiras de medición cutánea en frente.
 - Termómetro ótico.



Conviene saber...

- La fiebre es un mecanismo de defensa contra las infecciones.
- Solo se debe tratar cuando el niño está molesto.
- La intensidad de la fiebre no necesariamente responde a la gravedad de la infección.
- El niño no debe ir al colegio hasta su mejoría.



¿Cómo actuar?

- No abrigar ni desnudar demasiado al niño.
- No hacer friegas de alcohol o poner paños de agua fría.
- Hay que dar líquidos con frecuencia.
- Se debe vigilar signos de empeoramiento clínico.
- Dar antitérmicos si la fiebre es mayor de 38 °C y el niño se encuentra con malestar general.
- Avisar a los familiares.



GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Cuándo preocuparse...

- Manchas en la piel, rojo oscuro o moradas, que no desaparecen al estirar la piel de alrededor.
- Decaimiento, irritabilidad.
- Rigidez de cuello.
- Convulsión o pérdida de conocimiento o excesiva somnolencia.
- Dificultad para respirar
- Vómitos y/o diarrea persistentes
- Deshidratación (lengua seca, ausencia de saliva, ojos hundidos, etc.).
- Si no orina o la orina es escasa.



GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Antitérmicos

Antitérmicos		
Ibuprofeno	5-10 mg/kg cada 6-8 horas	Dosis total al día no mayor de 30 mg/kg/día
Paracetamol	10-15 mg/kg/dosis cada 4-6-8 horas	Dosis total al día no mayor de 60 mg/kg/día
Metamizol	10-12 mg/kg cada 6-8 horas	

GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Cálculo de dosis

Paracetamol gotas 100 mg/ml
peso \times 0,15 = ml por toma

Ibuprofeno 100 mg/5 ml
Peso : 3 = ml en cada toma

Ibuprofeno 200 mg/5 ml
peso : 6 = ml en cada toma



GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Tener respeto, pero no miedo



<http://www.familiaysalud.es/sintomas-y-enfermedades/infecciones/fiebre/fiebre>

GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Cómo actuar ante una sospecha de fractura o lesión importante después de una caída

Elena Fernández Segura

Pediatra. CS de Nerja. Málaga



GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

¿Qué es?

- Fractura: rotura de un hueso.
- Esguince: estiramiento de un ligamento.



Las caídas son muy frecuentes en la infancia

GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

¿Qué hay que saber?

- Se oye como si se rompiera un hueso (fractura).
- Mucho dolor.
- Imposibilidad para moverse.
- Hinchazón importante de una articulación



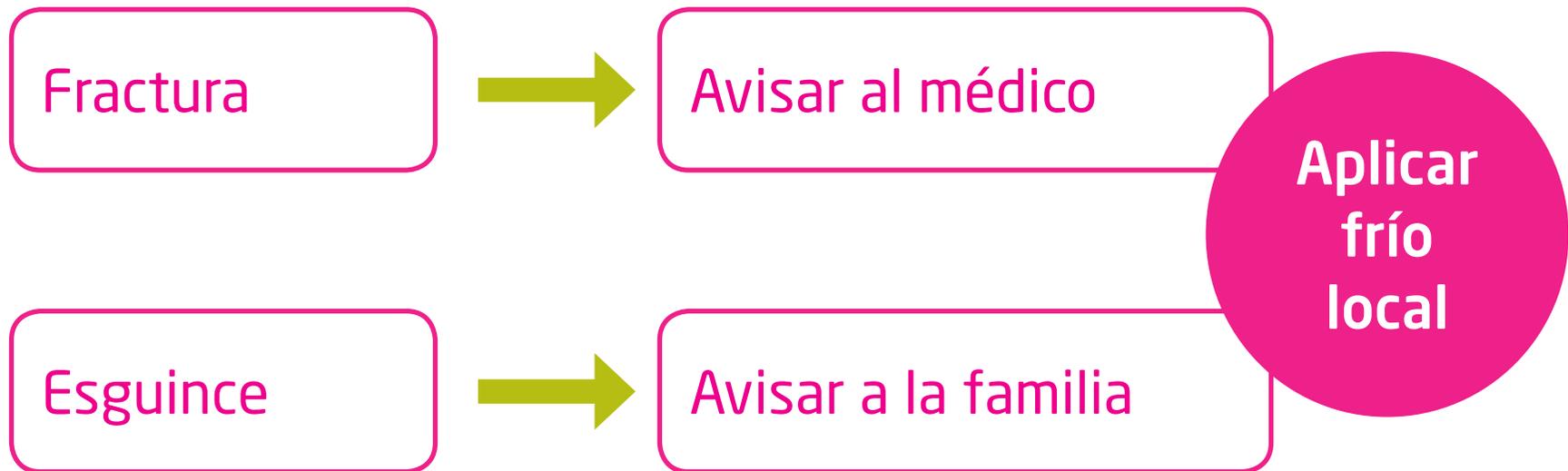
GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

¿Cómo actuar?

No mover al niño si se sospecha una fractura



Teléfono de Emergencias:

Cómo actuar ante una herida que sangra

Catalina Núñez Jiménez

Pediatra. CS de Trencadors. Palma de Mallorca



GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

¿Qué son?

Lesiones que se producen en los tejidos blandos del cuerpo.

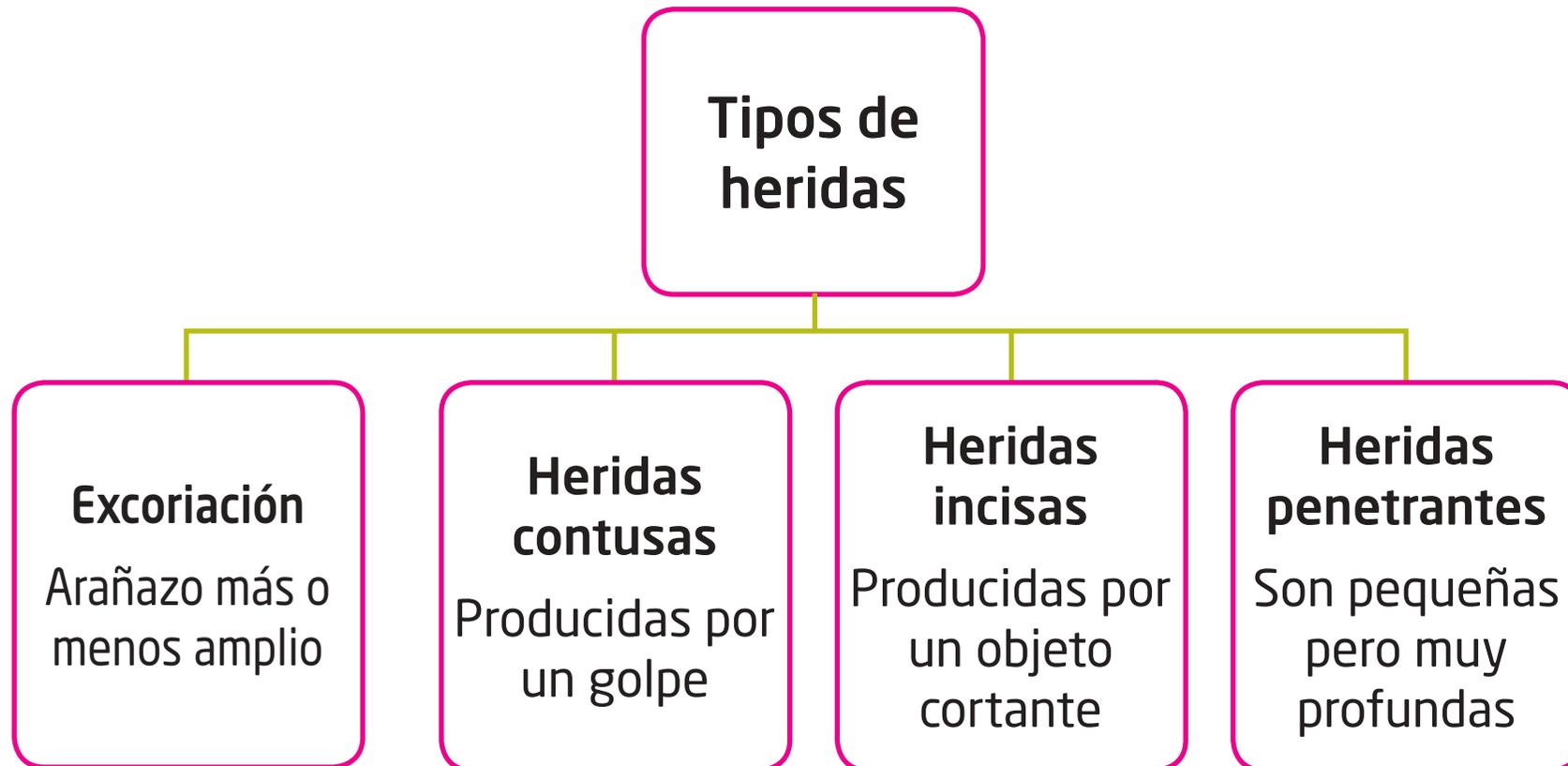
Más frecuentes en piel y mucosas accesibles



GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES



Síntomas

Dolor

Pérdida de
sensibilidad

Sangrado



GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Sospecharemos que la herida es importante si...

Es muy grande y/o muy profunda

Sangra mucho o lo hace a chorritos o borbotones

Es punzante y no conocemos su profundidad

Ha sido producida por mordedura

Afecta a cara, ojos , nariz, boca, genitales

Tiene tierra, ropa o cuerpos extraños difíciles de extraer

Se ha producido en un entorno de mucha energía (explosión...)

GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

¿Cómo actuar ante una herida?



Lavado de manos



Uso de guantes (de vinilo)

Imágenes tomadas de Saludyperdidadepeso.com y Lasalud.es

GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

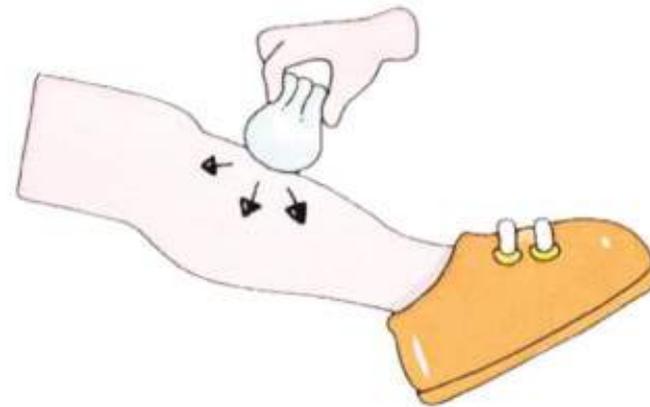
CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

¿Cómo actuar ante una herida?

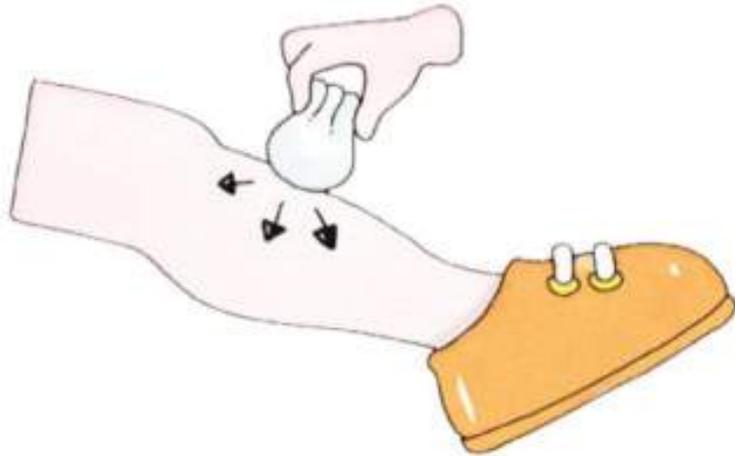
- Limpiar la herida con agua y jabón o con suero fisiológico.
- Si hay cuerpos extraños visibles, sacarlos con agua abundante.



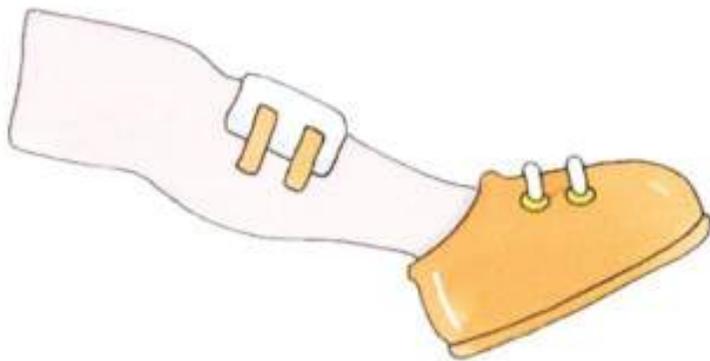
Limpiar la herida desde el centro hacia el exterior con una gasa estéril



¿Cómo actuar ante una herida?

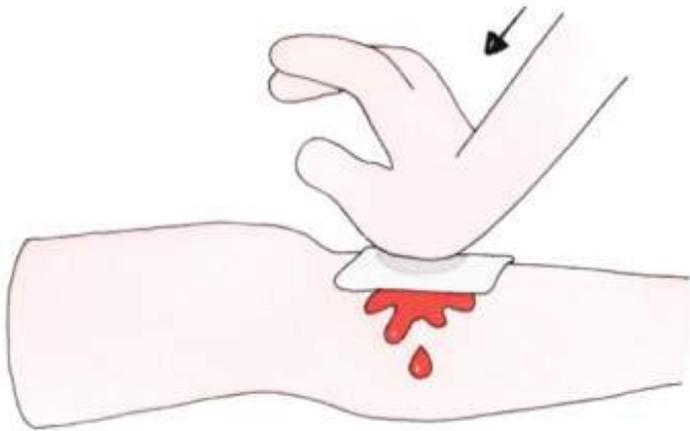


Si es necesario utilizaremos un antiséptico



Protegeremos con un apósito.
¡Evitaremos el algodón!

¿Cómo actuar ante una herida?



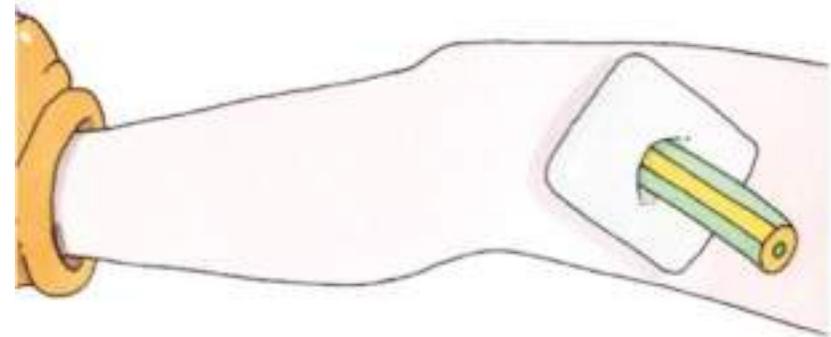
Si la herida continua sangrando,
presionaremos

Si es en una extremidad,
la elevaremos



¿Cómo actuar ante una herida?

Si la herida ha sido provocada por un objeto punzante,
no lo extraeremos



¿Qué hacemos si la herida es penetrante?

- Taparemos con un apósito.
- Pondremos al niño en posición semisentado.
- Si la herida es en el abdomen lo colocaremos tumbado con las piernas ligeramente flexionadas.

Si se ha producido por un objeto punzante, **no lo extraeremos**

Si la herida es importante...

- Valorar el estado general del niño.
- Abrigar sobre todo si sangra mucho.
- Lavar con agua y jabón.
- Cubrir con apósitos con suero fisiológico.
- Acudir a un Servicio de Urgencias.

**No deben
hacerse torniquetes**



KEEP CALM

Si hay una amputación

- Cubriremos la zona amputada con un paño húmedo **limpio**.
- Envolveremos el miembro amputado con gasas estériles mojadas con suero fisiológico y lo meteremos en una bolsa de plástico.
- En otra bolsa meteremos hielo e introduciremos la bolsa del miembro amputado dentro de esta.

Ante un niño con una herida hay que confirmar que está correctamente vacunado

Agradecimiento

Imágenes y dibujos tomados de Protocol de primers auxilis y altres problemes de salut als centres educatius. Conselleria d'Educació i Cultura. Consellería de Salut i Consum. Govern d'illes Balears Il·lustracions Assumpció Gallardo Bonet. Dibuixos: Madrid Salud, Fundación MAPFRE. Cristina Minguillón

GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Intolerancias y alergias alimentarias

Fátima Muñoz Velasco

Pediatra. CS de Sánchez Morate. Getafe. Madrid



GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

¿Qué es la intolerancia alimentaria?

- La intolerancia a un alimento se caracteriza por la incapacidad para digerirlo y metabolizarlo.
- En la intolerancia no interviene ningún mecanismo de defensa inmune.

¿Qué hay que saber sobre la intolerancia?

- Es una reacción adversa del organismo frente a un alimento.
- El componente extraño no llega al torrente sanguíneo ya que no ha podido ser absorbido.
- Las intolerancias más comunes son:
 - A la lactosa.
 - Al gluten (enfermedad celíaca).



Intolerancia a lactosa

¿Qué síntomas tiene?

- Náuseas.
- Retortijones.
- Hinchazón del vientre.
- Gases.
- Diarrea de olor fétido.

Se alivian entre 30 minutos y 2 horas después de comer o beber alimentos que tengan lactosa



GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Intolerancia a lactosa

Alimentos a evitar

- Leche.
- Crema de leche.
- Leche en polvo, evaporada o condensada.
- Yogur y queso.
- Helados, sorbetes, batidos, natillas, postres lácteos.
- Chocolate con leche.
- Alimentos fritos con mantequilla.
- Bollería que contenga leche o derivados de la leche.



GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Intolerancia a lactosa

Alimentos sin lactosa

Pasta, arroz y legumbres secas



Leche de soja o arroz

Leche de almendras

Carnes

Frutas frescas

Bebidas gaseosas, café, te

Verduras frescas

Golosinas duras y sin chocolate, chicle, regaliz

GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

¿Qué es la alergia alimentaria?

La alergia o hipersensibilidad alimentaria es la reacción adversa que presenta un individuo tras la ingestión, contacto o inhalación de un alimento, con una causa inmunológica comprobada.

¿Qué hay que saber sobre la alergia alimentaria?

- Es una respuesta exagerada de nuestro sistema inmunológico a un alimento.
- Produce anticuerpos para “defenderse” y “acabar” con ese supuesto alimento agresor.
- El alérgeno es aquella sustancia que puede provocar una reacción alérgica.
- En algunas personas, el sistema inmunitario las reconoce como “extrañas” o “peligrosas”.



GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Alergia alimentaria

Causas

Los principales alimentos que producen reacciones alérgicas son:

- Leche de vaca.
- Huevo.
- Pescado.
- Marisco.
- Leguminosas: lentejas, guisantes, soja, garbanzos, judías verdes, habas, etc.
- Cereales.
- Frutas frescas (fresas, melocotón, albaricoques...).
- Frutos secos.



GUÍA DE AYUDA

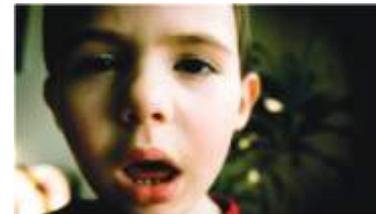
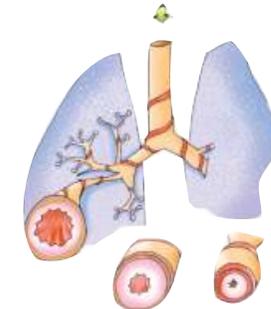
MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Alergia alimentaria

¿Qué síntomas tiene?

- Digestivos:
 - Vómitos con o sin diarrea.
 - Dolor abdominal tipo cólico.
- Cutáneos:
 - Picor, dermatitis atópica.
 - Hinchazón de labios, boca, lengua, cara y/o garganta.
 - Urticaria, enrojecimiento de la piel o eccema.
- Respiratorios:
 - Moqueo o congestión nasal, estornudos.
 - Tos, asma o dificultad para respirar.
- Anafilaxia.



GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Alergia alimentaria

¿Qué síntomas tiene?

Anafilaxia

- “Reacción generalizada que afecta a todo el organismo y que requiere actuación inmediata.
- Supone gravedad extrema por el riesgo de parada cardiorrespiratoria.
- Afortunadamente es la forma más infrecuente”.



GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Alergia alimentaria

¿Cómo prevenirla?

- Conocer todos los niños alérgicos y a qué (**fichas de alumno**).
- Evitar los alimentos prohibidos.
- No “contaminar” los alimentos del niño alérgico al manipularlos.
- Preparar primero y por separado los alimentos de los niños alérgicos.
- Evitar los intercambios de alimentos entre niños.
- Seguir normas de manipulación y cocinado de los alimentos en el comedor escolar.



GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Alergia alimentaria

¿Cómo actuar?

Administrar medicación
Si es grave: adrenalina



Llamar a Urgencias



Avisar a familiares



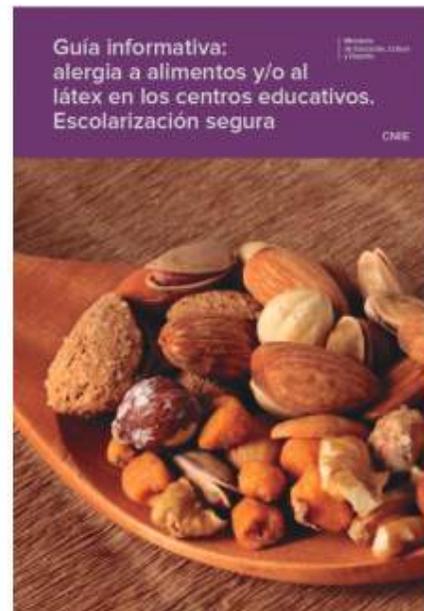
Traslado a centro sanitario



Revisar tema: Qué es una anafilaxia y cómo actuar

Más información

- <http://www.aepnaa.org/alergia/alergia-a-los-alimentos-40>
- <http://www.aepnaa.org/podemos-ayudar/guias-comedores-escolares-17>
- El niño con alergia a alimentos y/o látex en el comedor escolar.
Recomendaciones: <http://www.aepnaa.org/podemos-ayudar/el-nino-con-alergia-a-alimentos-yo-latex-en-el-comedor-escolar.-recomendaciones-120>



GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Qué hacer ante una sospecha de malos tratos

Eva Suárez Vicent

Pediatra. CS Burriana II. Castellón



GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Los profesores pueden detectar posibles casos de maltrato infantil.

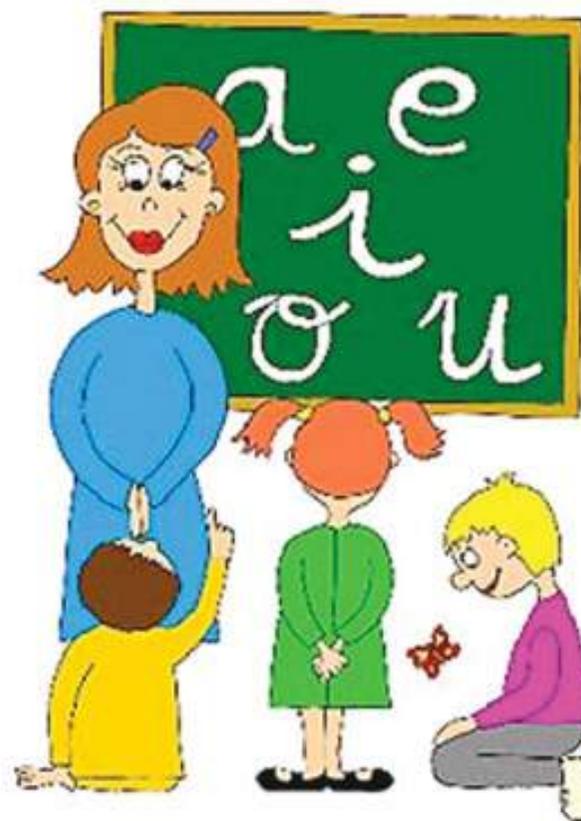


Imagen tomada de <http://2.bp.blogspot.com/-i6tKatqBGLY/Tf7QwXpw17I/AAAAAAAAAHAc/1J4KY3R-H7g/s1600/profesores.2.gif>

GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

¿Qué es el maltrato?

La **Convención de los Derechos de los Niños de Naciones Unidas**, en su Artículo 19, se refiere al maltrato infantil como: “Toda violencia, perjuicio o abuso físico o mental, descuido o trato negligente, malos tratos o explotación, mientras que el niño se encuentre bajo la custodia de sus padres, de un tutor o de cualquiera otra persona que le tenga a su cargo”.

¿Qué hay que saber?

Tipos de maltrato:

- **Maltrato físico:** acción no accidental de algún adulto que provoca daño físico o enfermedad en el niño, o que le coloca en grave riesgo de padecerlo.
- **Abandono físico:** las necesidades físicas básicas del menor, (alimentación, higiene, seguridad, atención médica, vestido, educación, vigilancia...), no son atendidas adecuadamente, temporal o permanentemente, por ningún adulto del grupo que convive con él.

¿Qué hay que saber?

Tipos de maltrato (cont.):

- **Abuso sexual:** cualquier clase de contacto sexual con un niño por parte de un adulto, desde una posición de poder o autoridad. Puede ser que exista un contacto físico (en forma de penetración o tocamientos) o puede utilizarse al niño como objeto de estimulación sexual.
- **Maltrato emocional:** conductas de los padres o cuidadores tales como insultos, rechazos, amenazas, humillaciones, desprecios, burlas, críticas, aislamiento, atemorización, etc., que causen o puedan causar deterioro en el desarrollo emocional, social o intelectual del niño.



¿Qué hay que saber?

Tipos de maltrato (cont.):

- **Abandono emocional:** el niño no recibe el afecto, ni la estimulación, apoyo y protección necesarios en cada estadio de su evolución, lo que inhibe su desarrollo óptimo. Existe una falta de respuesta por parte de los padres o cuidadores a las expresiones emocionales del niño (llanto, sonrisa...) o a sus intentos de aproximación o interacción.
- **Maltrato entre iguales:** situaciones de agresión o maltrato entre hermanos, compañeros o amigos. Es el abuso en cualquiera de sus formas, o la intimidación reiterada por parte de uno o varios niños o adolescentes hacia otro que no tiene posibilidades de defenderse (bullying).

¿Qué hay que saber?

Tipos de maltrato (cont.):

- **Maltrato institucional:** cualquier legislación, procedimiento, actuación u omisión procedente de los poderes públicos, o bien derivada de la actuación individual del profesional, que comporte abuso, negligencia, detrimento de la salud, la seguridad, el estado emocional, el bienestar físico, la correcta maduración o que viole los derechos básicos del niño y/o la infancia.
- **Explotación laboral:** cualquier forma de utilización de niños para obtener beneficio, que implique explotación económica y el desempeño de cualquier actividad que dificulte su educación.

¿Qué hay que saber?

Tipos de maltrato (cont.):

- **Niños o niñas víctimas directas o expuestas a violencia de género:** otro tipo de maltrato muy importante por su frecuencia. Los menores sufren las consecuencias de vivir en un entorno donde existe violencia, lo que amenaza e interfiere en su desarrollo físico, psíquico o social.

Es necesario tener presente que estos niños o niñas requieren una especial atención desde el sistema educativo, adquiriendo el profesorado un papel de gran relevancia, tanto en su detección y atención como en la coordinación con servicios sanitarios y servicios sociales de protección a la infancia para una atención integral de la víctima.

Convenio del Consejo de Europa (2011) sobre prevención y lucha contra la violencia contra las mujeres y la violencia doméstica, en vigor desde el 1 de agosto de 2014.



¿Qué hay que saber?

Un profesor puede sospechar maltrato por distintas circunstancias:

- Por presentar comportamientos desajustados o cambios en su comportamiento (agresividad, inatención, pasividad, baja autoestima, conductas negativas).
- Por signos o lesiones físicas.
- Porque el alumno se lo cuenta directamente o se lo cuenta a otro niño.



¿Cómo actuar?

La notificación es una obligación legal y profesional y una condición necesaria para posibilitar la intervención en casos de maltrato infantil.

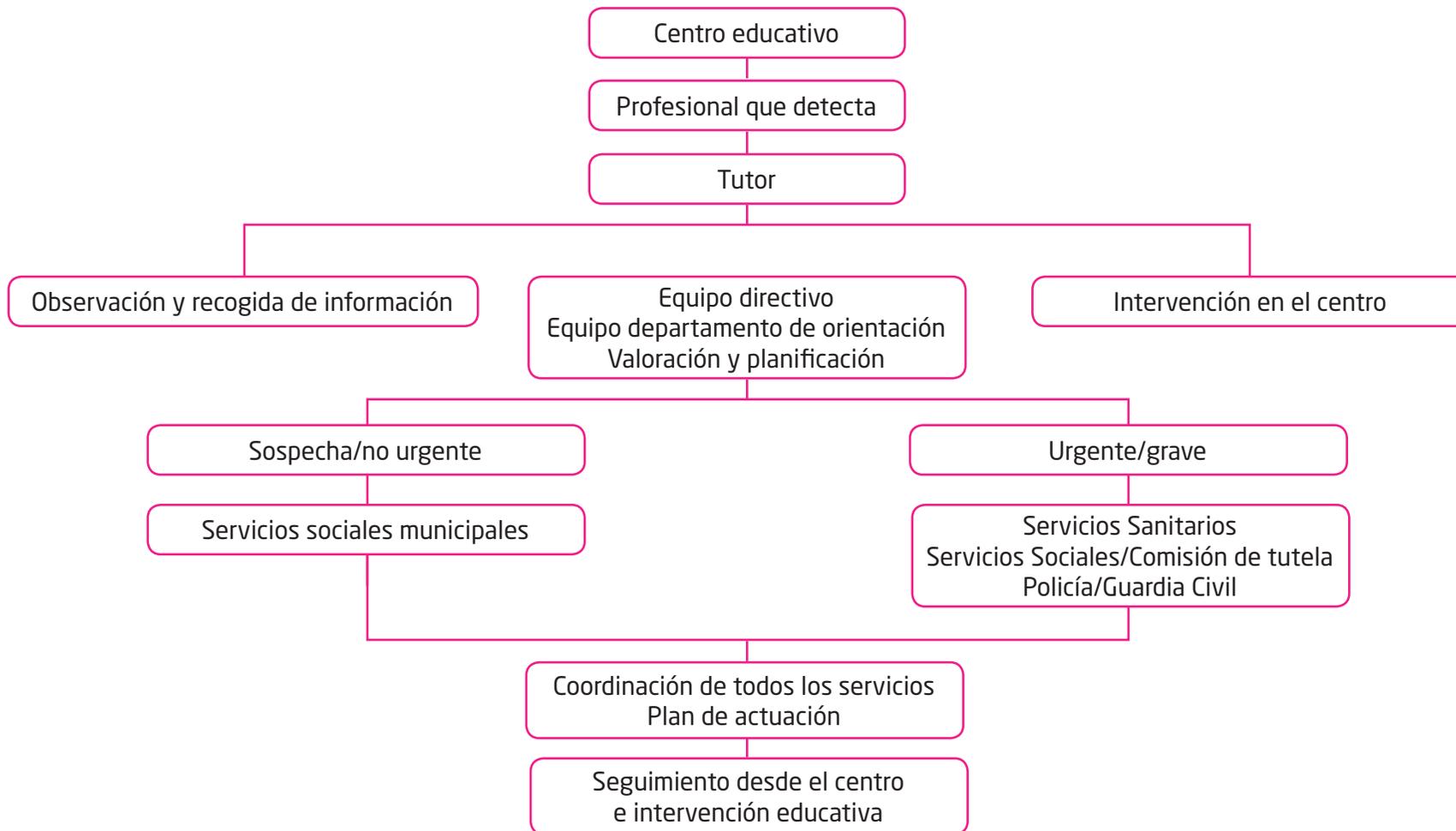


La función del profesor no es investigar o demostrar el maltrato. Esa función corresponde a Servicios de Protección del Menor.

La función del profesor es notificar la sospecha si la hay.



¿Cómo actuar?



Fuente: Detección y prevención del maltrato infantil desde el centro educativo (guía para el profesorado), Defensor del Menor en la Comunidad de Madrid. Obra Social Caja Madrid.

GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

La escuela debe actuar frente al maltrato infantil



GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Periodos de exclusión del colegio por procesos infecciosos y riesgo de contagio

Marta Esther Vázquez Fernández

Pediatra. CS Arturo Eyries. Valladolid

María Sanz Almazán

MIR-Medicina de Familia



GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

¿Qué es?

- Las infecciones forman parte del desarrollo normal del niño, permiten que se **activen las defensas** y mejore el **sistema inmunitario**.
- La frecuencia disminuye con la edad de los niños.



¿Qué hay que saber?

- La mayoría de los procesos son banales y víricos: infecciones respiratorias y/o diarreas.
- Muchas veces es difícil controlar su contagio:
 - Se transmiten días antes de dar los primeros síntomas (periodo incubación).
 - Los niños interactúan entre ellos (comparten juguetes, balones, cuentos).
 - Los niños tienen secreciones (mocos, saliva, legañas...).



¿Qué hay que saber?

Formas de contagio

FECAL-ORAL

Los microbios se eliminan por las heces y ese contagia al ingerirlos

- Infecciones intestinales con diarrea
- Hepatitis A



RESPIRATORIA

Al toser, estornudar o hablar se expulsan al aire gérmenes que pueden ser inhalados

- Infecciones respiratorias
- Varicela
- Sarampión
- Meningitis
- Tuberculosis



CONTACTO CON LA PIEL

De persona a persona o a través de objetos que se comparten

- Piojos
- Sarna
- Infecciones de la piel



CONTACTO CON LÍQUIDOS ORGÁNICOS

- Sangre
- Orina
- Saliva



GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

¿Cómo evitar los contagios?

- Número de niños adaptado a las dimensiones del aula.
- Mantener buena higiene en las instalaciones (lavabos, zona de cambio de pañales, cocina...).
- Adecuada ventilación.
- Lavar a menudo de los juguetes y objetos de uso común (paños de cocina, toallas, sillas para dormir, ropa de abrigo...).



¿Cómo evitar los contagios?

- Lavado de manos en los educadores y en los niños, especialmente antes y después de manipular alimentos y cambiar los pañales.
- Mentalizar a los padres para que no lleven sus hijos al colegio cuando padezcan infecciones y que respeten los periodos aconsejados de aislamiento.
- Verificar que tanto los niños como los cuidadores están correctamente vacunados. La vacunación es la mejor manera de prevenir algunas enfermedades contagiosas.



¿Cómo evitar los contagios?

- Efectuar la limpieza de moco y saliva con **papel desechable**.
- Enseñar al niño a **cubrirse la boca** al toser.
- **Comunicar** a los padres cualquier brote infeccioso que ocurra en el colegio.

El **sentido común** debe dictar cuando los padres no deben llevar a sus hijos al colegio, no solo por el riesgo de contagio sino también por el bienestar del niño.



Enfermedades digestivas

Gastroenteritis

Síntomas: diarrea y/o vómitos

Causa: virus, bacterias o protozoos (giardia)



EXCLUSIÓN

Hasta **48 horas** después de la última diarrea o vómito.

Casos especiales (*Salmonella*, *Shigella* o *E. coli*) se necesitará análisis de **control de las heces.**

GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Enfermedades digestivas

Lombrices



Debe tratarse
a toda la familia



EXCLUSIÓN → NO



Imágenes tomadas Salud.uncomo.com

GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Enfermedades cutáneas

Varicela



EXCLUSIÓN

Hasta 7 días de iniciada la erupción o hasta que todas las lesiones estén en forma de costra.



GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Enfermedades cutáneas

Sarampión, rubeola y parotiditis: raras porque los niños suelen estar vacunados (12 meses y 3 años).

EXCLUSIÓN

Hasta 5 días después del comienzo del exantema o de iniciada la inflamación de la parótida, en el caso de las paperas.

Sarampión



Rubeola



Parotiditis

GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Enfermedades cutáneas

Megaloeritema

“Enfermedad de la bofetada”,
cuando aparece no suele ser
contagiosa



Exantema súbito

Si hay fiebre alta y/o malestar,
evitar llevarlos al colegio



EXCLUSIÓN → NO

GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Enfermedades cutáneas

Verrugas y *moluscum* contagioso

Evitar compartir toallas u otros utensilios de los niños

EXCLUSIÓN → NO



GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Enfermedades cutáneas

Impétigo

Infección bacteriana
de la piel
Lesión costrosa
amarillenta

EXCLUSIÓN

Hasta **24 horas** después
de iniciado el tratamiento
antibiótico



GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Enfermedades cutáneas

Piojos

La presencia de liendres no es motivo de exclusión
Frecuentes las reinfecciones

EXCLUSIÓN

No es necesaria. El niño debe recibir tratamiento el mismo día que se descubre la infestación y puede asistir el día siguiente



Sarna

El picor y el rascado de las lesiones favorecen el contagio piel con piel

EXCLUSIÓN

Hasta realizar el tratamiento



GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES
CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Enfermedades cutáneas

Micosis (tiñas)

Transmisión: de animales a personas. No se transmite entre personas.

EXCLUSIÓN

No, solo en el caso de asistencia a piscinas



GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Enfermedades cutáneas

Estomatitis (aftas orales)



Síndrome mano-pie-boca
(lesiones en manos y pies)



EXCLUSIÓN

No, salvo que se encuentre mal (no come y hay babeo constante)



GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

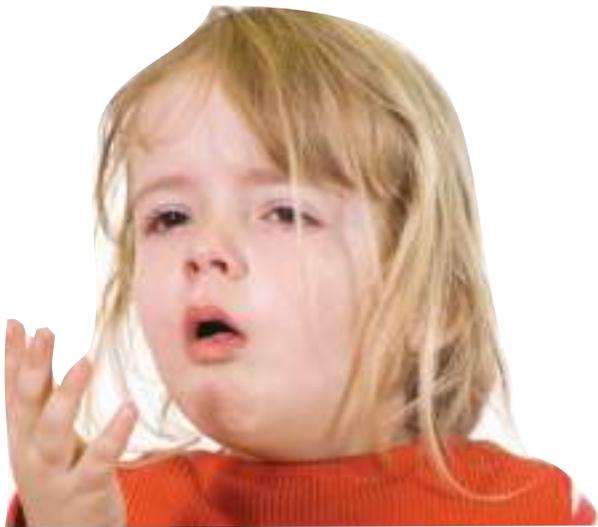
CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Infecciones respiratorias

Catarro

EXCLUSIÓN

No, salvo: fiebre, dolor de oído, dificultad respiratoria



Gripe

Se aconseja vacuna anual en niños con patología crónica

EXCLUSIÓN

Hasta la recuperación (sin fiebre y buen estado general)



GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Infecciones respiratorias

Amigdalitis estreptocócica (escarlatina)

EXCLUSIÓN

Hasta 24 horas después de iniciado
el tratamiento antibiótico



Estomatitis (aftas orales)



Mononucleosis infecciosa

EXCLUSIÓN → NO



GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Infecciones respiratorias

Tuberculosis

Poco habitual

Requiere estudio de contactos

EXCLUSIÓN

Hasta dos semanas después de iniciado el tratamiento



Tosferina

Poco frecuente porque están vacunados

EXCLUSIÓN

Hasta 5 días después de iniciado el tratamiento



Imagen tomada de Promocion.salud.gob.mx/

GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

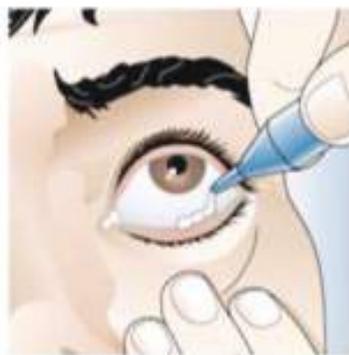
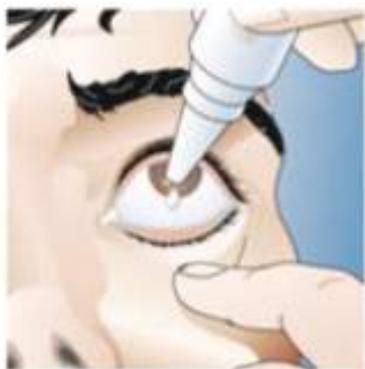
Otras enfermedades infecciosas

Conjuntivitis

Puede ocurrir con los catarros.

EXCLUSIÓN

Hasta 24 horas después de iniciado el tratamiento antibiótico



GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Otras enfermedades infecciosas

Hepatitis A

Transmisión fecal-oral

EXCLUSIÓN

Hasta 7 días después de que el niño se haya puesto amarillo



Más información en: <http://www.familiasalud.es/enfermedades/infecciones/hepatitis>

Hepatitis B y C

Evitar el contacto con sangre de personas infectadas

La vacuna de la hepatitis B está incluida en el calendario vacunal

EXCLUSIÓN → NO



GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

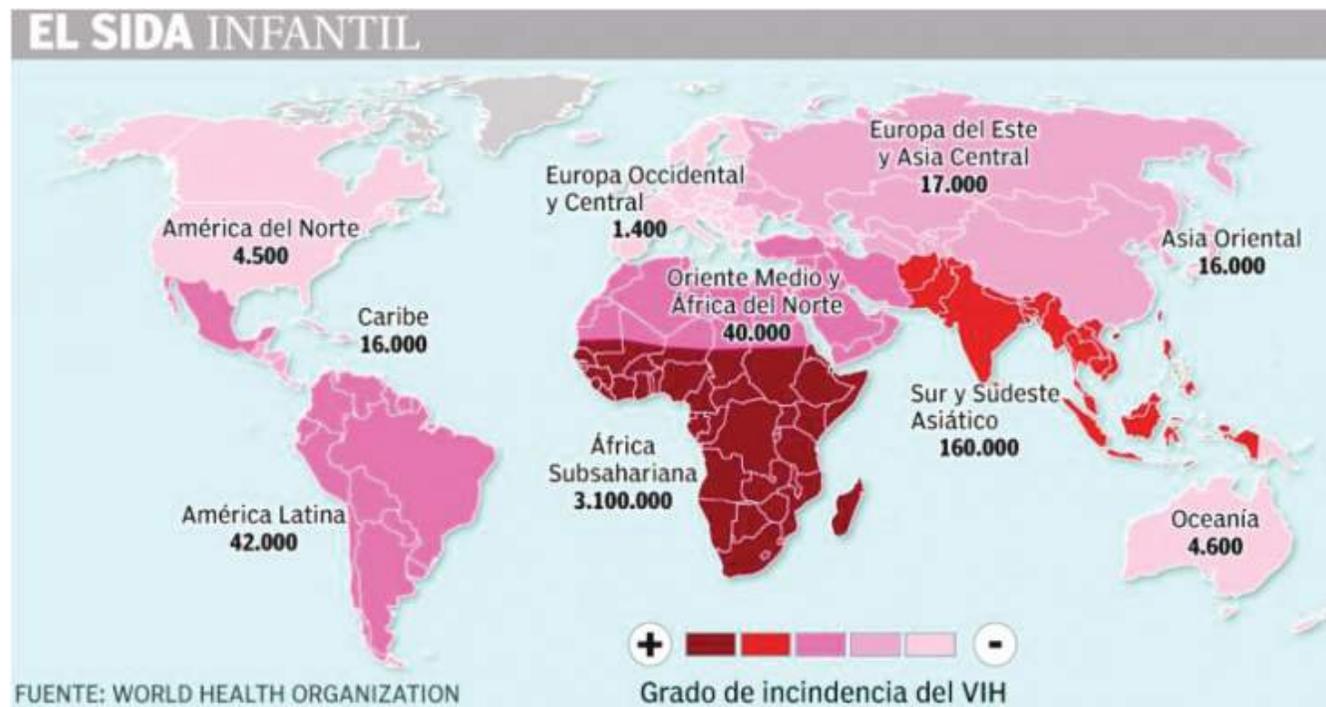
CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Otras enfermedades infecciosas

Virus de la inmunodeficiencia humana (VIH)

NO se contagia por dar la mano o abrazar, ni por toser o estornudar

EXCLUSIÓN → NO



GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Otras enfermedades infecciosas

Meningitis o sepsis

Según el tipo de germen las Autoridades Sanitarias darán las medidas oportunas para los contactos (profilaxis o diagnóstico precoz)

EXCLUSIÓN

Hasta la total recuperación del niño



Imagen tomada de Cepem.com.ar

GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

¿Qué pasa con los piojos? ¿Cómo controlarlos?

Marta Marina García Alonso

MIR-Medicina de Familia. CS Arturo Eyries. Valladolid

Marta Esther Vázquez Fernández

Pediatra. CS Arturo Eyries. Valladolid



Imagen tomada de Guiainfantil.com

GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

¿Qué es?

Es la enfermedad por parásito más frecuente en niños escolares de 3 a 12 años.

¿Qué hay que saber?

- El piojo de la cabeza es un insecto de unos 2-3 mm de largo que se nutre de la sangre del cuero cabelludo de los humanos.
- No afectan a los animales ni estos lo transmiten.



GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

¿Qué hay que saber?

- El piojo es difícil de ver. Lo más frecuente es ver las liendres a 1 cm de la raíz del pelo.
- Prefieren el calor del pelo largo y las zonas de la nuca y detrás de las orejas. Por eso son más frecuentes en las niñas.



Imagen tomada de Clinicacip.com

GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

¿Qué hay que saber?

- Los piojos no saltan ni vuelan.
- Es raro que el contagio sea a través de objetos compartidos como peines, toallas, gorros...
- Las recurrencias son generalmente reinfestaciones comunitarias.
- En niños no es un problema de higiene. No hay que tener vergüenza por tener piojos...

La transmisión es por contacto cabeza con cabeza

¿Cuáles son sus síntomas?



- A veces no producen síntomas, se ven de forma casual.
- Lo más frecuente es el picor en la cabeza.
- Pueden producir lesiones por rascado, granitos o malestar por el **picor**.



*No son peligrosos.
No transmiten enfermedades*

GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

¿Cómo hay que actuar?

 **Medidas generales**

 **Tratamiento**

 **Retirada de las liendres**

Medidas generales

- Cortar el pelo o recogerlo en coleta.
- Mantener la higiene corporal y del cuero cabelludo.
- Uñas limpias y cortas.
- Si aparecen heridas infectadas por el rascado, puede aplicarse una pomada antibiótica (siempre que el niño no sea alérgico).
- Si el picor es muy intenso, se puede aliviar con un antihistamínico.



Imagen tomada de Meganotas.com

Medidas generales

- Lavar a 50° la ropa usada al principio del tratamiento: sábanas, gorros, bufandas. Planchar con vapor y aspirar colchones, almohadas y alfombras.
- Si esto no es posible, guardar estas prendas en una bolsa herméticamente cerrada durante 15 días.
- Sumergir los peines en agua a 60° unos 10 minutos.



Imagen tomada de Domoking.com

GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Tratamientos disponibles

	Permetrina	Malatión	Dimeticona
Actividad	Insecticida contra piojos y liendres Eficacia del 95% con una aplicación	Insecticida y ovicida Menos resistencias que la permetrina	Silicona que envuelve parásito y liendres y los asfixia No hay resistencias
Toxicidad	Si se utiliza en exceso	Contraindicado en embarazadas y menores de 6 años	No tiene
Aplicación	Crema al 1%: aplicar en seco, aclarar tras 8 horas Champú 1,5%: aplicar en seco, aclarar en 10 minutos	Loción al 0,5%: dejar actuar 8-12 horas y lavar	Aplicar en seco y dejar actuar 10 horas antes de aclarar

*Repetir la aplicación a los 7-10 días.
Ningún tratamiento es efectivo al 100%*

GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Retirada de las liendres

- La retirada de las liendres es **imprescindible** para evitar recaídas.
- Se puede hacer de forma manual o con una lendrera. Hay que peinar mechón a mechón, de abajo a arriba y de arriba abajo. Mejor cuanto más juntas estén las púas.
- No usar: secador, vinagre o acondicionadores.



GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

¿Cómo prevenirlos?

Educación sanitaria grupal
Campañas escolares informativas
Recordar a los padres que revisen a sus hijos

- Reconocer cuanto antes la situación.
- Hay sustancias repelentes, pero su eficacia por ahora no ha sido bien demostrada. Nunca se debe aplicar un insecticida como repelente o preventivo, porque puede ser tóxico.
- Informaremos a los padres del niño para que inicien el tratamiento de forma temprana.
- Procurar que los niños no compartan peines, gorras, gomas del pelo u otras prendas, sobre todo en situación de brote.
- Recomendar examinar a los demás miembros de la familia y niños con contacto estrecho cada tres días y tratar si están afectados.



GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Recursos

- Piojos de la cabeza. En Familia y Salud:
<http://www.familiaysalud.es/sintomas-y-enfermedades/la-piel/infecciones-de-la-piel/piojos-de-la-cabeza>
- Pediculicidas. En Familia y Salud:
<http://www.familiaysalud.es/medicinas/farmacos/pediculicidas-para-los-piojos>



GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

RCP básica. Cómo aprender

Catalina Núñez Jiménez

Pediatra. CS de Trencadors. Palma de Mallorca



GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

¿Qué es la parada cardiorrespiratoria?

Es la interrupción brusca, inesperada y potencialmente reversible de la respiración y de la circulación espontánea.

Signos y síntomas

- **Inconsciencia:** ausencia de estímulos verbales y dolorosos. Hablar a la víctima, gritarla, pellizcarla.
- **Ausencia de respiración:** observar el movimiento del tórax, escuchar los ruidos respiratorios.
- **Ausencia de circulación:** palpar los pulsos (latido cardíaco o carotideo).

¿Cómo actuaremos ante una parada cardiorrespiratoria?

- Asegurar a la víctima y al reanimador.
- Comprobar que no reacciona: hablarla, gritarla, pellizcarla.



Pedir ayuda



Si la víctima no responde pero respira: colocarla en la posición lateral de seguridad.

GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Posición lateral de seguridad

1. Colocar a la víctima tumbada boca arriba.
2. El reanimador se colocará a la derecha de la víctima.
3. Estirarle el brazo derecho.
4. Doblarle el brazo izquierdo sobre el cuerpo.
5. Flexionar la pierna izquierda.



GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Posición lateral de seguridad

6. Girarle el cuerpo haciéndola rodar hacia su derecha, de forma que quede de lado.
7. Colocarle la mano izquierda bajo su mejilla derecha.



GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Posición lateral de seguridad

La postura debe ser estable y debe permitir que la vía aérea continúe abierta.



Si se sospecha un traumatismo craneoencefálico o de la columna no se moverá a la víctima.

GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

¿Cómo actuaremos ante una parada cardiorrespiratoria?

Si la víctima no responde
y no respira



RCP básica

RCP

Apertura de la vía aérea

Maniobra frente-mentón:

- Extensión moderada en el niño (2-14 años).
- Extensión neutra en el lactante (0-2 años).
- **No utilizar en traumatismos:** si creemos que hay lesión cervical
→ tracción mandibular.



GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

RCP

Comprobar la respiración

- No perder mas de 10 segundos en comprobar si respira.
- Si no respira → ventilar.

Cómo ventilar

- En el lactante: ventilación boca-nariz. Cuello en posición horizontal y buen sellado.
- En el niño: ventilación boca-boca pinzando la nariz.
- Hacer cinco insuflaciones suaves y lentas (lo suficiente para que el pecho se eleve).



GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

RCP

Comprobar la circulación

- No podemos perder más de 10 segundos.
- Comprobar **signos de vida**:
 - Lactante: pulso braquial o femoral.
 - Niño: pulso carotideo o femoral.

**Si hay signos de vida: 12-20
insuflaciones × minuto**

**Si no hay signos de vida:
compresiones torácicas**



Cómo realizar las compresiones torácicas

En el niño:

Hacer 30 compresiones con el talón de la mano o con ambas manos en el tercio inferior del esternón con una fuerza que deprima un tercio la profundidad del tórax.



GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

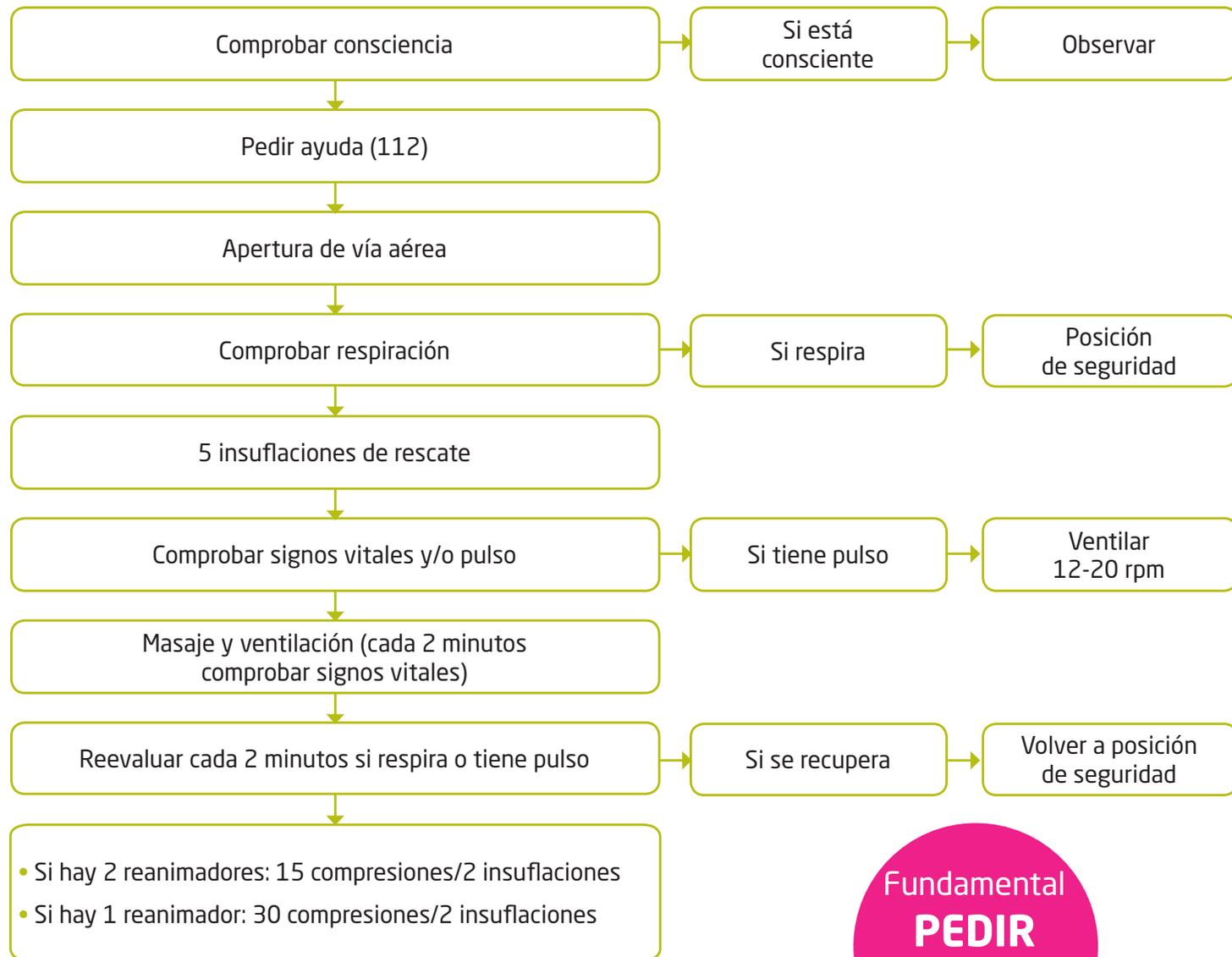
CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Cómo realizar las compresiones torácicas

En el lactante:

Con los dedos anular y medio, perpendicularmente al esternón un dedo por debajo de la línea intermamilar o un dedo por encima del apéndice xifoideo (tercio inferior del esternón) a ritmo 30/2.





Fundamental
**PEDIR
AYUDA**

GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Fuentes de las imágenes

- Protocol de primers auxiliis i altres problemes de salut als centres educatius. Conselleria d'educació i cultura de les Illes Balears. Servei de Salut de les Illes Balears. Conselleria de Salut i Consum. PM-377- 2011. Il·lustracions Assumpció Gallardo Bonet. Dibuixos: Madrid Salud, Fundación MAPFRE. Cristina Minguillón.
- Guía de emergencias sanitarias en centros educativos. Consejería de educación, universidades, cultura y deportes. Gobierno de Canarias. Dirección general de ordenación, innovación y promoción educativa. TF-540/2011.
- Ayuso Baptista F, Fonseca del Pozo FJ, Jiménez Moral G, García Criado E, Baptista García F, Martín Rioboó E. Actualización en soporte vital básico. SEMERGEN 2002;28:436-41.

Qué hacer ante un traumatismo craneal

Elena Fernández Segura
Pediatra. CS de Nerja. Málaga



Imagen tomada Serpadres.es

GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

¿Qué es?

- Un traumatismo craneoencefálico es un golpe fuerte en la cabeza.
- Es un accidente frecuente en la infancia.

¿Qué hay que saber?

- La mayoría de los golpes son leves y no producen ningún daño.
- A veces hay pequeñas heridas, chichones o dolor local.
- Lo peligroso es que se produzca una lesión en el cerebro.

¿Cómo actuar?

Nunca dejarlos solos y avisar a la familia

Herida



Limpiar y valorar

Chichón



Poner hielo

Nos preocupan



¡¡Síntomas de alarma!!



Teléfono de Emergencias:

Síntomas de alarma

- Confusión.
- Somnolencia.
- Irritabilidad.
- Vómitos repetidos.
- Trastorno de la marcha o del habla.
- Dolor de cabeza intenso.
- Trastorno de la visión.
- Herida en la cabeza que no deja de sangrar.
- Sangre o líquido saliendo por nariz u oído.
- Caída de más de un metro de altura.

- Pérdida de conciencia.
- Convulsión.
- Hematomas en los párpados o alrededor de las orejas.
- Pupilas asimétricas.
- Sospecha de lesión en el cuello.
- Si no sabemos cómo se ha caído.
- Si sabemos que es hemofílico o tiene problemas de coagulación de la sangre.
- Alteraciones del comportamiento.
- Zona hundida en la cabeza.

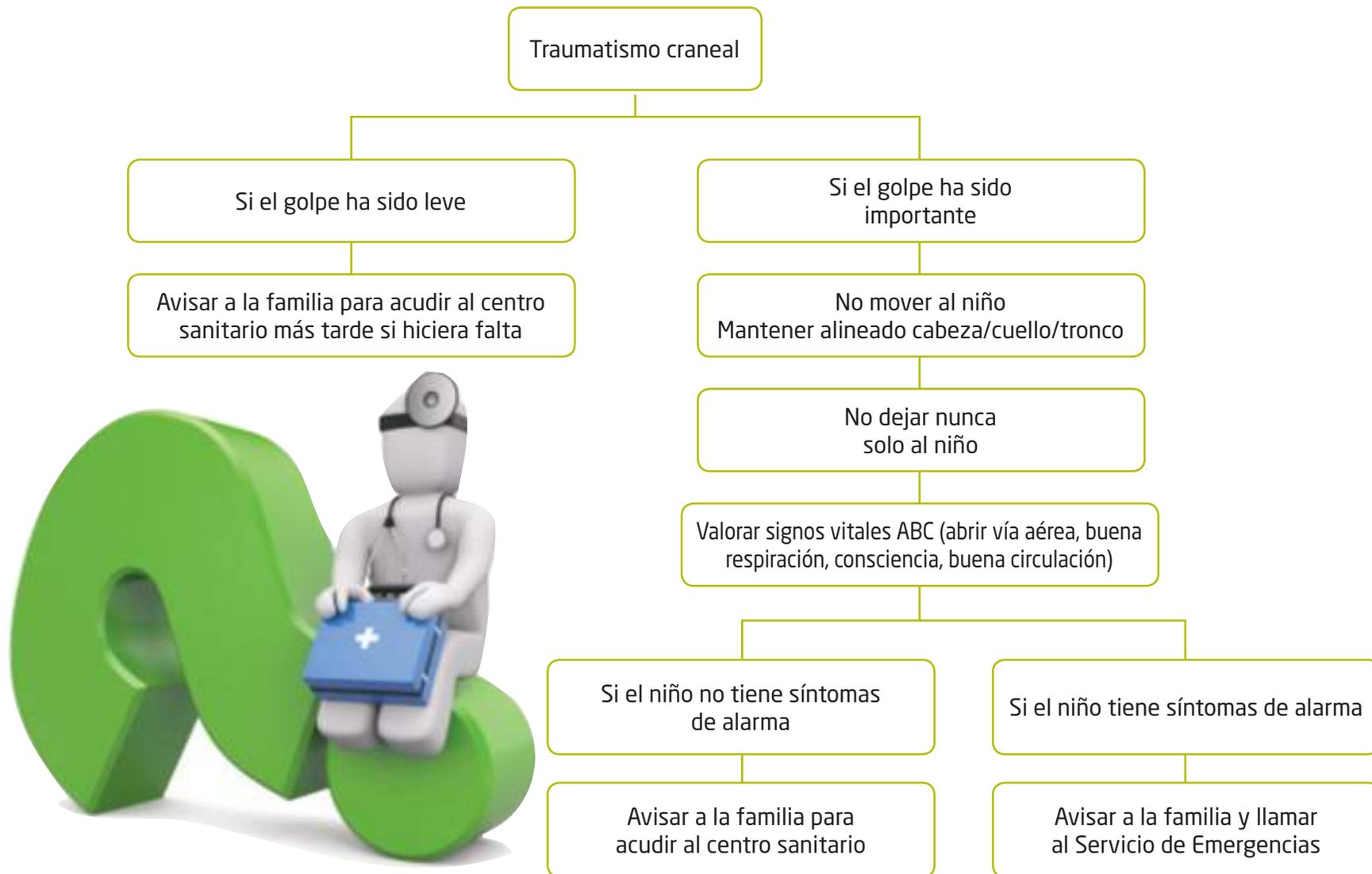


GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

¿Cómo actuar?



GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

¿Cómo actuar?

En todo caso, aunque no haya ningún síntoma de alarma, todo traumatismo craneal importante debe ser valorado por un médico.



GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Cómo actuar ante un niño con vómitos repetidos

Ana Fierro Urturi

Pediatra. CS Pisuegra. La Flecha. Valladolid

M.ª Dolores Valverde Gregorio

Enfermera. CS Pisuegra. La Flecha. Valladolid



GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

¿Qué son los vómitos?

- Los **vómitos** consisten en la expulsión, con fuerza, del contenido del estomago por la boca.
- La expulsión de alimento sin esfuerzo se llama **regurgitación**.



GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

¿Qué hay que saber?



- Es un síntoma frecuente que acompaña a muchas enfermedades.
- La mayoría de las veces está en relación con cuadros benignos.
- Puede constituir la primera manifestación de un proceso grave.

GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

¿Cuáles son las causas?

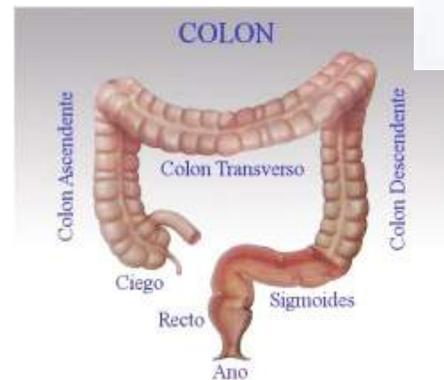
Las causas pueden ser muchas:

- Infecciones.
- Problemas digestivos.
- Alergias alimentarias.
- Diabetes.
- Enfermedades neurológicas.
- Fármacos, tóxicos, etc.

Dependiendo de la edad, unas son más frecuentes que otras.

Las causas más frecuentes son las infecciones.

La gastroenteritis aguda vírica es la causa más frecuente en todos los grupos de edad.



GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Síntomas que pueden asociarse

Según la enfermedad que los provoque:

- Diarrea.
- Dolor de estomago.
- Sudoración.
- Palidez.
- Fiebre.
- Cefalea.
- Tos, mocos.
- Manchas en la piel.
- Deshidratación.



GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Signos de deshidratación

- Sed.
- Piel seca.
- Boca y lengua secas.
- Lloran sin lágrimas.
- Piel que cuando se pellica no vuelve a su posición inicial.
- Irritabilidad o decaimiento.
- Fiebre.
- Disminución de la cantidad de orina.



Imágenes tomadas de Mailxmail.com y Clarocomoelagua6002.blogspot.com.es

GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Signos de alarma

- Vómitos persistentes.
- Afectación del estado general.
- Antecedente de traumatismo craneoencefálico o abdominal.
- Signos de deshidratación.
- Alteración neurológica (cefalea progresiva, rigidez de nuca, hemorragias cutáneas, alteración de la conciencia, movimientos anómalos, vómitos a chorro o en escopeta...).
- Vómitos con sangre (roja o en posos de café), bilis (color verdoso) o heces en el vomito.
- Deposiciones con sangre o negras.
- Dolor abdominal continuo y abdomen hinchado.
- Ingesta de algún toxico o medicamento.



GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

¿Qué hacer en caso de que un niño vomite en el colegio?

Papel del profesor:

- Mantener la calma y tranquilizar al niño.
- Facilitar el acceso al aseo.
- Durante el vómito, evitar que lo aspire: inclinar la cabeza hacia delante y sujetársela poniéndole la mano en la frente.
- Valorar el estado general del niño y síntomas acompañantes (fiebre, diarrea, manchas en la piel...).
- Observar características del vómito.
- Averiguar si el niño presenta alguna enfermedad crónica (diabetes, alergia alimentaria...).
- Determinar si existe algún factor o causa desencadenante (traumatismo craneoencefálico, abdominal, ingesta de algún tóxico).

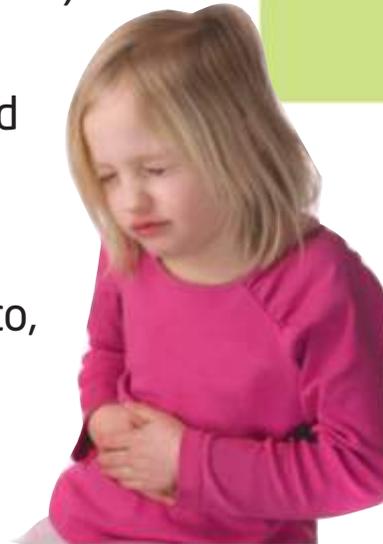


Imagen tomada de Galeria.dibujos.net

GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

¿Que hacer en caso de que un niño vomite en el colegio?

Si el estado general no es bueno y/o aparecen signos de alarma

- Llevar al niño al centro sanitario más próximo y/o llamar a Emergencias (112).
- Avisar a los padres o responsables.



Imagen tomada de Gifs-animados.es

GUÍA DE AYUDA

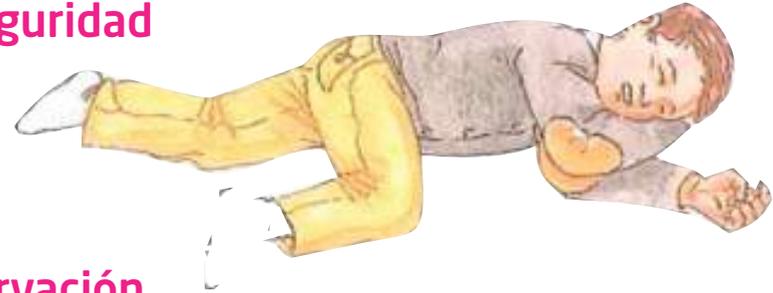
MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

¿Que hacer en caso de que un niño vomite en el colegio?

Si el niño tiene buen estado general y no hay signos de alarma

- Si deja de vomitar colocar al niño en **posición de seguridad** (sentado o acostado en posición lateral).
- Ambiente relajado y tranquilo.
- **Avisar a los padres.**
- **No dejar nunca solo al niño. mantenerle en observación.**
- Ofrecer pequeñas cantidades de alguna bebida azucarada (zumos, agua, leche), cada 5-10 minutos para evitar la deshidratación y cetosis.
- En caso de diarrea es referible administrar soluciones de rehidratación oral (SRO).
- Nunca se le debe forzar a comer.
- No se deben utilizar medicamentos para los vómitos o diarrea si no lo ha indicado el pediatra.



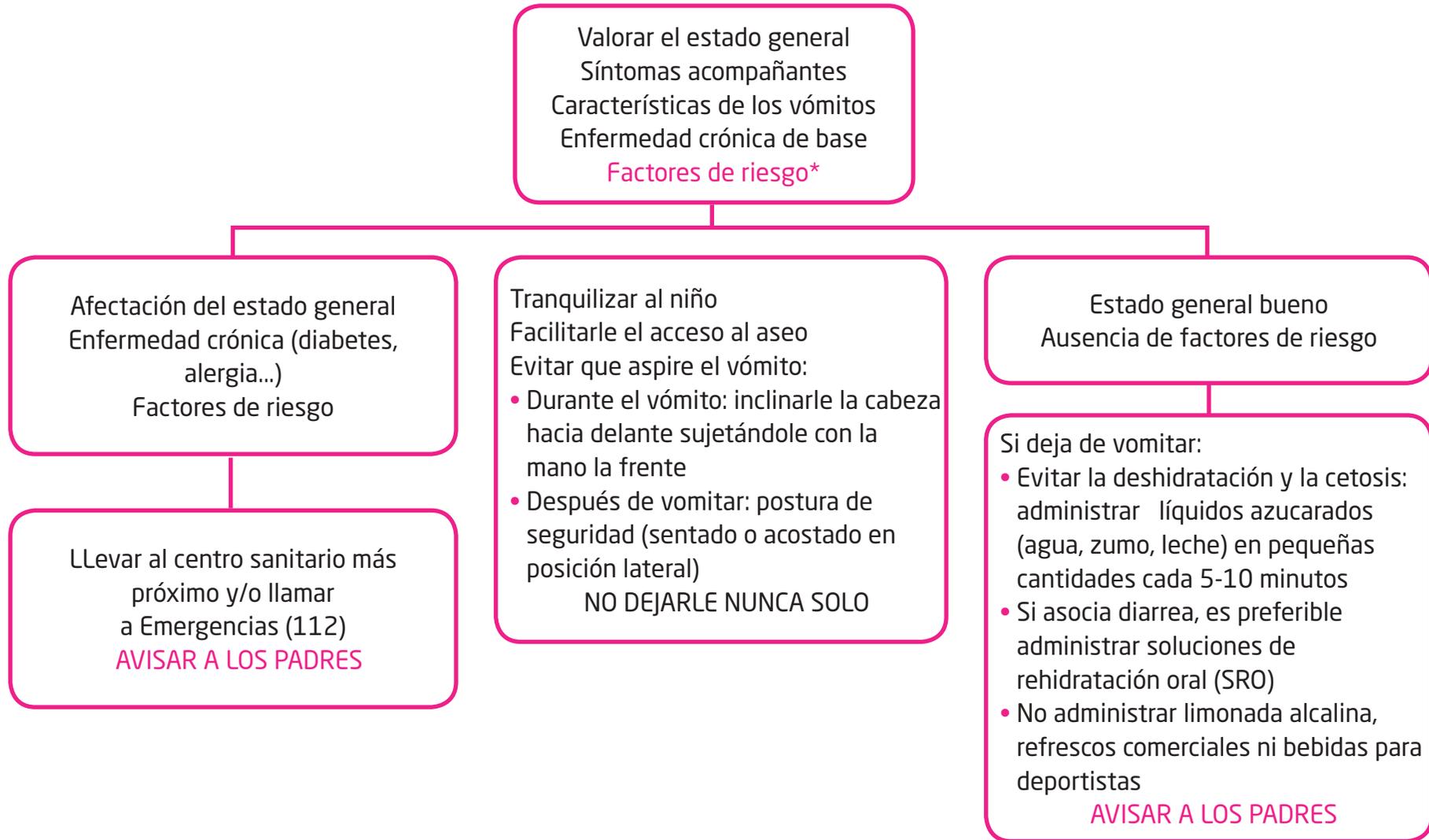
Imágenes tomadas de Pediatricblog.es

GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

¿Que hacer en caso de que un niño vomite en el colegio?



GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

¿Qué son las soluciones de hidratación oral?

- Son preparados elaborados por la industria farmacéutica basadas en recomendaciones científicas para la rehidratación oral.
- Sirven para reponer las pérdidas de agua y electrolitos del cuerpo cuando hay vómitos y/o diarrea evitando la deshidratación.

Hay varios tipos de presentaciones:

- En sobres para reconstituir con una cantidad de agua. Poner la cantidad de agua exacta según la recomendación de cada marca para evitar soluciones hiperconcentradas o diluidas.
- Otras vienen en botellitas, tetrabriks o como gelatinas. Su ventaja es que tienen la concentración recomendada.
- Las hay de diferentes sabores (frutas, leche, cola....) e incluso sin sabor o sabor neutro.
- Las SRO se deben de dar en pequeñas cantidades y poco a poco para facilitar la tolerancia.



GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Preparados comerciales de soluciones de rehidratación oral (SRO)

Preparados comerciales de soluciones de rehidratación oral (SRO)

Bioralsuero ^{®***}	3 bricks de 200 ml cada uno (varios sabores)
Bioralsuero Baby ^{®***}	4 sobres, un vaso de 250 ml para cada sobre y jeringuilla
Bioralsuero Travel [®]	8 sobres para disolver en 250 ml de agua cada uno
Cito-Oral ^{®***}	5 sobres para disolver en 500 ml de agua cada uno 10 sobres para disolver en 500 ml de agua cada uno
Cito-Oral Junior Zinc [®]	2 botellas de 500 ml cada una
Citorsal ^{®*}	2 bolsas para disolver en 500 ml de agua cada una 5 bolsas para disolver en 500 ml de agua cada uno
Isotonar [®]	6 sobres para disolver en 500 ml de agua cada uno 3 bricks de 200 ml cada uno
Miltina electrolit ^{®***}	Brick de 500 ml
Oralsuero ^{®***}	Brick de 1 litro (varios sabores) 3 bricks de 250 ml
Sueroral hiposódico ^{®*}	5 sobres para disolver en 1 litro de agua cada uno
Sueroral ^{®*}	5 sobres para disolver en 1 litro de agua cada uno
Hidrafan ^{®**}	Gelatina 3 envases de 125 ml cada uno (varios sabores)
Cito-oral aquagel [®]	4 tarrinas de 150 gr cada una
Recuperat-ion [®]	2 bricks de 250 ml (varios sabores) 2 bricks baby de 125 ml (sabor leche)

*Financiados por el Sistema Nacional de Salud. **Cumplen los criterios ESPGHAN 1992. ***Cumplen los criterios OMS2002 y ESPGHAN 1992.

Fuente: Hernández Merino, R. Soluciones de rehidratación oral. Guía ABE. Infecciones en Pediatría. Guía rápida para la selección del tratamiento antimicrobiano empírico. En: <http://www.guia-abe.es/anexos-soluciones-de-rehidratacion-oral>

GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES