

# Manual básico para casos de diarrea

## Información para los proveedores de cuidado infantil



### ¡LIMPIE!

Limpiar significa usar agua y jabón para eliminar el sucio y los desechos y luego matar los gérmenes que están en los objetos con un desinfectante, como el cloro.



### ¡EXCLUYA!

Los niños y el personal enfermo pueden propagar enfermedades a otros. Asegúrese de que los enfermos, tanto niños como miembros del personal, se queden en casa y envíelos a casa si comienzan a mostrar síntomas mientras estén bajo su cuidado.

### ¡INFORME!

¡Estamos aquí para ayudarlo!  
Infórmenos si:

1. Nota un aumento en el número de niños con vómitos o diarrea
2. Uno de los niños a su cuidado es diagnosticado con un germen que debe reportarse como:

- *Shigella*
- *E. coli*
- *Giardia*
- *Cryptosporidium*
- *Salmonella*



### ¡LÁVESE LAS MANOS!

Lavarse las manos es la mejor forma de impedir que los gérmenes se propaguen. Asegúrese de que tanto los niños como el personal se laven las manos frecuentemente con agua y jabón a lo largo del día.



### No existe la 'gripe estomacal' como tal.

La 'gripe estomacal' puede deberse a diferentes gérmenes y algunos de ellos pueden ser graves. Un aumento en el número de niños o miembros del personal con vómitos y diarrea es motivo de alarma. Estos gérmenes se propagan por transmisión fecal-oral y no a través del aire. Esto significa que si "hay un virus por ahí", la gente se está metiendo en la boca heces o vómitos de personas enfermas.



## SALUDOS DESDE LAS UNIDADES DE ENFERMEDADES DE TRANSMISIÓN ALIMENTARIA, ACUÁTICA Y ZONÓTICA DEL DEPARTAMENTO DE SALUD DE MINNESOTA.

### QUIÉNES SOMOS

Trabajamos en la División de epidemiología, prevención y control de enfermedades infecciosas del Departamento de salud de Minnesota (MDH). Somos una entidad aparte del grupo que otorga licencias para el cuidado infantil e inspecciona el entorno de los centros de cuidados infantiles para determinar si cumple con los reglamentos, aunque trabajamos juntos para asegurarnos de que tenga la información más precisa y actualizada, a fin de que pueda ofrecer un sitio seguro y saludable a los niños bajo su cuidado.

### QUÉ HACEMOS

Investigamos los brotes de enfermedades que se propagan mediante los alimentos, el agua y los animales (incluso las personas) para averiguar la fuente y prevenir que más personas se enfermen. Muchas de las enfermedades que estudiamos causan vómitos y diarrea. Podemos ayudarlo a impedir que las enfermedades se propaguen en su centro de cuidados infantiles, le ofrecemos lineamientos acerca de los protocolos de limpieza que debe usar y le proporcionamos herramientas que necesitará para mantener seguros y saludables a todos los que estén bajo su cuidado.

Utilizamos la información que recabamos de las personas involucradas en un brote para rastrear las tendencias de la enfermedad a nivel estatal y nacional. Estos datos nos ayudan a prevenir brotes en el futuro.

### ¿QUÉ ES LA DIARREA?

Si un niño evacúa más de lo normal



Las evacuaciones son muy blandas



Las evacuaciones son acuosas o tienen sangre o moco

Hay múltiples causas para la diarrea. Debido a que resulta difícil saber qué la está ocasionando, los niños con diarrea deben quedarse en casa y apartados de los centros de cuidado infantil o preescolar durante al menos 24 horas después de que cese la diarrea.

### ¿QUÉ PODRÍA ENFERMAR A LOS NIÑOS O A LOS MIEMBROS DEL PERSONAL?

Hay diferentes tipos de gérmenes que pueden ocasionar vómitos y diarrea en las personas, que incluyen virus, bacterias y parásitos. Con frecuencia, los vómitos y diarreas son contagiosos y alguien que tenga (o haya tenido) vómitos y diarrea puede contagiar a otros.

### ¿CÓMO SE PROPAGAN LOS GÉRMENES QUE OCASIONAN DIARREA?

Los gérmenes están en las heces o vómito de las personas enfermas. Si los gérmenes presentes (en una cantidad invisible de heces) entran a la boca de otra persona, también puede enfermarse. Esto se conoce como "transmisión fecal-oral". Estos gérmenes pueden estar en las manos, juguetes u otros objetos que puedan tocarse. Las enfermedades que ocasionan diarreas o vómitos también se propagan fácilmente a través del agua, como en las piscinas y mesas de agua. Todos los animales, incluso los saludables, pueden tener gérmenes en las heces que enfermen a las personas.



Las personas pueden tener gérmenes en las heces y el vómito (esto algunas veces se conoce como "desprendimiento"), incluso cuando ya se sientan mejor. Es importante continuar con las precauciones y seguir los consejos de prevención que se presentan en la próxima página (v.g. lavarse bien las manos con agua y jabón) aun cuando el niño o miembro del personal regrese al centro de cuidados infantiles.

### ¿CUÁLES SON LOS SÍNTOMAS QUE DEBO VIGILAR?

Las infecciones bacterianas, como Salmonella, Campilobacter y E. coli son más comunes durante el verano. Se propagan fácilmente entre las personas o de los animales o ingiriendo alimentos contaminados. Otros brotes bacterianos no tienen una estación específica, como es el caso de Shigella. Las infecciones bacterianas pueden producir diarrea, fiebre, diarrea con sangre y, algunas veces, vómitos. Los síntomas tienden a durar una semana, aproximadamente.

Normalmente, **los parásitos** ocasionan brotes a finales de verano y principios de otoño. Los parásitos se propagan fácilmente entre personas, a través del agua de piscinas, lagos y mesas sensoriales, y de los animales. Generalmente producen una diarrea acuosa que puede durar más de una semana y el período de incubación es de aproximadamente dos semanas. Los parásitos que pueden ocasionar diarrea incluyen Cryptosporidium y Giardia.

Con frecuencia, **los virus** (como el norovirus y rotavirus) ocasionan diarrea durante el invierno y la primavera. Generalmente, estos virus producen entre 1 y 2 días de vómitos y diarrea y se propagan con mucha facilidad de persona a persona, especialmente cuando alguien vomita en un espacio público.

Afortunadamente, la mayoría de las personas se recuperan completamente de los vómitos y la diarrea. No obstante, algunas veces los niños o miembros del personal pueden enfermarse gravemente (para algunos gérmenes, el 25 % o más de las personas tienen que ser hospitalizadas) y en raras ocasiones han habido muertes. Por esta razón es que es tan importante seguir las directrices de exclusión y prevención de enfermedades.

# Cómo mantener a todos saludables

**Para prevenir la propagación de gérmenes, siga estos consejos todos los días para mantener a los niños y el personal saludables.**

## LÁVESE LAS MANOS

El lavado de manos es una de las mejores maneras de prevenir las enfermedades estomacales. Las manos deben lavarse durante al menos 20 segundos con jabón y agua tibia. Las manos deben lavarse cada vez que cambie los pañales o vaya al baño, antes de preparar o ingerir comida y después de tener contacto con animales. El gel desinfectante de manos no es efectivo en el caso del norovirus y el parásito *Cryptosporidium*. Si los niños más pequeños no pueden lavarse bien las manos, ¡ayúdelos!

## LIMPIE

El método de limpieza dependerá de los gérmenes que estén enfermado a las personas, pero en general, debe lavar las superficies con agua y jabón y después usar un desinfectante como cloro. No use la aspiradora para limpiar vómito o diarrea. (Siga el procedimiento descrito en RECURSOS). Cuando nos informe sobre un brote o una enfermedad notificable, le diremos qué desinfectante funciona mejor.

## AGUA

Muchos patógenos se contagian por el agua.

Los niños que tengan vómitos o diarrea no deben nadar o jugar en las mesas de agua hasta que hayan transcurrido 24 horas sin síntomas. Para ciertos patógenos se aplican restricciones adicionales en cuanto al agua.

## EXCLUSIÓN

**Es muy importante excluir a los niños o miembros del personal enfermos para así detener la propagación de la enfermedad.**

**Cualquier persona que tenga vómitos o diarrea debe excluirse del centro de cuidado infantil (es decir, no asistir) hasta que no tenga síntomas durante 24 horas.** Esto incluye apartarse usted, de ser necesario. Recuerde que el 64 % de los proveedores y el personal se enferman durante los brotes en los centros de cuidado infantil.

Cuando se trata de ciertos gérmenes, la exclusión de los niños y miembros del personal enfermos debe ser más prolongada; cuando nos informe sobre un brote o una enfermedad notificable, le diremos por cuánto tiempo deben excluirse los niños o miembros del personal enfermos.



# Cómo mantener a todos saludables

## ANIMALES

Las personas pueden enfermarse por los gérmenes que portan los animales. Incluso los animales mejor cuidados y saludables pueden tener gérmenes. Si opta por tener animales en su centro de cuidado infantil o se va de excursión para visitar animales, debe saber cómo prevenir enfermedades.

Animales en el centro de cuidados infantiles

1. Algunos animales son más riesgosos que otros como mascotas. Los reptiles (lagartijas, culebras, tortugas, etc.), los erizos y pollitos pueden portar *Salmonella* y no deben tenerse como mascotas si tiene niños menores de 5 años.
2. No debe limpiar las jaulas, juguetes y recipientes para comida y bebida en el fregadero de la cocina. En su lugar, utilice la batea del lavadero o una tina que se pueda limpiar y desinfectar al terminar.
3. Si los niños tienen contacto con animales o su entorno, deben lavarse las manos con agua y jabón después de jugar con ellos.

Excursiones o visitas de animales al centro de cuidados infantiles

4. Algunos animales son más riesgosos que otros como mascotas. Los reptiles (lagartijas, culebras, tortugas, etc.), los erizos y pollitos pueden portar *Salmonella* y no deben tenerse como mascotas si tiene niños menores de 5 años.
5. No se recomienda que los niños alimenten a los animales dándoles comida en la boca, aunque esto resulte divertido porque aumenta el riesgo de que las manos entren en contacto con gérmenes o que haya una mordedura accidental.
6. Todos los visitantes a los zoológicos o granjas interactivas deben lavarse muy bien las manos con agua y jabón después de la visita, aun cuando no hayan acariciado a los animales.
7. Puede encontrar más información en:
  - [Have Fun and Stay Healthy on The Farm! \(¡Diviértase y manténgase saludable en la granja!\) \(https://umash.umn.edu/wp-content/uploads/2015/12/Stay-Healthy-on-the-Farm.pdf\)](https://umash.umn.edu/wp-content/uploads/2015/12/Stay-Healthy-on-the-Farm.pdf)
  - [Staying healthy when the farm comes to you! \(¡Cómo mantenerse saludable cuando la granja lo visita!\) \(https://umash.umn.edu/wp-content/uploads/2019/02/When-the-farm-comes-to-you.pdf\)](https://umash.umn.edu/wp-content/uploads/2019/02/When-the-farm-comes-to-you.pdf)





## ¿QUÉ ES UN BROTE?

Un brote es cuando dos o más personas tienen una enfermedad parecida al usar o tocar los mismos objetos, comida o fuente de agua o tienen contacto con los mismos animales.

## CUÁNDO INFORMARLO

Hay ciertas enfermedades que deben comunicarse al MDH aun cuando solo haya una persona enferma (Reglamento de Minn. partes 9503.0140 y 9502.0425). En esta lista se incluyen las siguientes infecciones que frecuentemente producen diarrea o vómitos:

1. *Campylobacter*
2. *Cryptosporidium*
3. *E. coli*
4. *Giardia*
5. *Shigella*
6. *Salmonella*

En la página de recursos de este paquete se incluye la lista completa.

Además, también deben notificarse al MDH, conforme a la parte 4605.7050 del Reglamento de Minn, "cualquier patrón de casos, sospecha de casos o un aumento en la incidencia de cualquier enfermedad más allá del número esperado de casos para cualquier período dado". **Esto significa que si ve varios niños con diarrea o vómitos, debe informar al MDH, aun cuando se desconozca la causa de la enfermedad,**

## CÓMO INFORMARLO

**Teléfono:** 651-201-5655 | **Línea gratuita:** 1-877-FOOD-ILL (1-877-366-3455)

**En línea:** Respiratory Illness and Gastrointestinal Illness Outbreak Reporting (Informe de brotes de enfermedades respiratorias y gastrointestinales)([redcap.health.state.mn.us/redcap/surveys/?s=MJEJYFFCKNLD4N4C](https://redcap.health.state.mn.us/redcap/surveys/?s=MJEJYFFCKNLD4N4C))

**Correo electrónico:** [health.foodill@state.mn.us](mailto:health.foodill@state.mn.us)

## POR QUÉ DEBE INFORMARLO

Informar las enfermedades es uno de los requisitos de su licencia, pero, más importante aún, podemos ayudarle a prevenir que otros se enfermen en su centro de cuidados infantiles. Muchas de las enfermedades que causan diarrea se pueden transmitir de persona a persona. Podemos ayudarle a reducir el riesgo de que otros se enfermen proporcionándole un conjunto de acciones que debe emprender.

Siempre nos complace conversar con usted si tiene alguna pregunta.



Qué hacer si tiene dos o más personas enfermas en su centro de cuidados infantiles.

*Esta lista es su punto de partida. Cuando se comuniquen con MDH, le podemos pedir que haga cosas diferentes o que agregue medidas, dependiendo del germen que ocasione la enfermedad y la situación.*

## INFORME

- Infórmenos de inmediato si tiene a dos o más personas con vómitos o diarrea. La ley estatal así lo exige y podemos ayudarlo proporcionándole directrices.
  - Refiérase a la página **INFORME** de este manual.

## DOCUMENTE

- Utilice estos dos registros, CHILD ILLNESS LOG (Registro de niños enfermos) y STAFF ILLNESS LOG (Registro de miembros del personal enfermos), para documentar las enfermedades entre el personal o los niños que asisten a su centro de cuidados infantiles.
- Envíe ambos REGISTROS DE ENFERMEDADES de vuelta al MDH.
  - (1) dentro de los 2 días hábiles siguientes a informar la sospecha de un brote. No importa si todavía no está completo.
  - (2) entre 1 y 2 semanas después de la última enfermedad.
- Las muestras de heces son importantes para confirmar la causa del brote y determinar las cepas que están causando la enfermedad - el MDH puede preguntarles a las familias si están dispuestas a entregar una muestra.

## DETEGA LA PROPAGACIÓN

- Recuerde a los niños y al personal que deben lavarse las manos. Por ejemplo, puede fijar nuevos carteles en los baños recordando lavarse las manos, enviar un correo electrónico recordándoles a los miembros del personal y demostrar a los niños cómo lavarse las manos.
  - La mayoría de los geles desinfectantes de manos con base de alcohol no son efectivos contra algunos gérmenes. Hay que lavarse las manos con agua y jabón para eliminar los gérmenes.
  - Todos los niños que asisten al centro de cuidados infantiles deben lavarse las manos antes de las comidas y meriendas.
  - Todos los miembros de personal deben lavarse las manos antes de preparar o tocar los alimentos.
- Pida a los niños que acuden al centro que se queden en casa si están enfermos con vómitos y diarrea y que no regresen hasta no tener síntomas durante al menos 24 horas.

Continued on next page



- Limpie y desinfecte la instalación u hogar de inmediato. Concéntrese en las superficies y objetos de contacto frecuente (v.g. baños, perillas de puertas, mostradores, mesas, bebederos, estaciones para cambio de pañales, juguetes).
  - Limpie todas las superficies con agua y jabón. Enjuague.
  - Los juguetes duros pueden lavarse en el lavaplatos automático utilizando el ciclo caliente.
  - Guarde las mesas o estaciones sensoriales hasta que finalice el brote.
  - Los juguetes blandos, las cobijas y sábanas pueden lavarse y secarse utilizando el ciclo caliente.
  - Desinfecte todas las superficies con un producto fuerte. Con esto eliminará la mayoría de los gérmenes, incluso las bacterias y norovirus. Si el brote es ocasionado por un parásito, es posible que le indiquemos que limpie con un producto diferente.

**Una solución concentrada de cloro (1000 ppm) preparada fresca todos los días así: 1 galón de agua + 1/3 de taza de cloro.**

**Para las superficies en contacto con alimentos y juguetes que con frecuencia entran a la boca, enjuague con agua limpia después de que la solución desinfectante se haya secado completamente.**

**Cuando aplique la solución, utilice guantes y deje que circule el aire (es decir, abra puertas o ventanas).**

- Limpie y desinfecte al menos una vez al día hasta que cese el brote (1 semana después del inicio del último caso).
- Limpie inmediatamente cualquier incidente con vómitos o diarrea.
- Use los procedimientos adecuados para que los que limpien no se enfermen (vea RECURSOS). Nunca aspire el vómito.
- Si tiene personal de cocina expresamente designado o utiliza una compañía de alimentos, comuníquese con ellos para determinar si el personal de cocina está enfermo (pídales que llenen el REGISTRO DE MIEMBROS DEL PERSONAL ENFERMOS). Notifique al MDH si algún miembro del personal de cocina está enfermo para que un sanitaria trabaje con la cocina para implementar otras medidas de prevención.
- Pida a los adultos que preparen platos individuales para todas las comidas, incluidas las meriendas.
- Durante un brote con vómitos o diarrea, suspenda todos los juegos acuáticos y actividades de natación en el centro de cuidados infantiles, incluidas las mesas sensoriales o de agua o piscinas para niños hasta que se haya resuelto la enfermedad.
- Durante los brotes de enfermedades gastrointestinales, absténgase de visitar piscinas públicas y zonas de chapoteo hasta que se haya resuelto la enfermedad.

**¿Tiene alguna pregunta? ¡Llame! 1-800-FOOD-ILL (1-877-366-3455)**

## ENLACES ÚTILES

1. [Copia de este paquete: Diarrhea Toolkit Information for Child Care Providers \(Manual de información sobre la diarrea para proveedores de cuidados infantiles\)\(www.health.state.mn.us/diseases/foodborne/cctoolkit.pdf\)](http://www.health.state.mn.us/diseases/foodborne/cctoolkit.pdf)
2. [Reportable Diseases List \(MN Rule 4605.7040\) \(Lista de enfermedades notificables \(reglamento MN 4605.7040\)\(www.revisor.mn.gov/rules/4605.7040/\)\)](http://www.revisor.mn.gov/rules/4605.7040/)
3. [Child Care Provider Information on Diarrheal Illness \(Información para proveedores de cuidados infantiles sobre enfermedades diarreicas\)\(www.health.state.mn.us/diseases/foodborne/daycare.html\)](http://www.health.state.mn.us/diseases/foodborne/daycare.html)
4. [Hennepin County Child Care Manual \(Manual de cuidados infantiles del Condado de Hennepin\) \(www.hennepin.us/childcaremanual\)](http://www.hennepin.us/childcaremanual)

## CARTELES Y VOLANTES

1. [Vomiting, Diarrhea, and Children – Information for Child Care Providers \(Manual de información para proveedores de cuidados infantiles en caso de vómitos y diarrea en niños\)\(www.health.state.mn.us/diseases/foodborne/cctoolkit.pdf\)](http://www.health.state.mn.us/diseases/foodborne/cctoolkit.pdf)
2. [Vomiting, Diarrhea, and Children – Information for Parents \(Manual de información para padres en caso de vómitos y diarrea en niños\)\(www.health.state.mn.us/diseases/foodborne/cctoolkit.pdf\)](http://www.health.state.mn.us/diseases/foodborne/cctoolkit.pdf)
3. [There's No Such Thing as the Stomach Flu \(No existe la gripe estomacal\)\(www.health.state.mn.us/diseases/norovirus/nostomachflu.pdf\)](http://www.health.state.mn.us/diseases/norovirus/nostomachflu.pdf)
4. Volantes con información sobre visitas a animales que deben enviarse a casa junto con el formulario de autorización:
  - [Have fun on the farm and stay healthy! \(Diviértase en la granja y manténgase saludable\) \(https://umash.umn.edu/wp-content/uploads/2015/12/Stay-Healthy-on-the-Farm.pdf\)](https://umash.umn.edu/wp-content/uploads/2015/12/Stay-Healthy-on-the-Farm.pdf)
  - [Staying healthy when the farm comes to you! \(Cómo mantenerse saludable cuando la granja lo visita\) \(https://umash.umn.edu/wp-content/uploads/2019/02/When-the-farm-comes-to-you.pdf\)](https://umash.umn.edu/wp-content/uploads/2019/02/When-the-farm-comes-to-you.pdf)
5. [Don't Forget to Wash \(No olvide lavarse las manos\)\(www.health.state.mn.us/people/handhygiene/wash/dontforget.pdf\)](http://www.health.state.mn.us/people/handhygiene/wash/dontforget.pdf)
6. [5 Common Ways Germs are Spread \(5 formas comunes en las que se propagan los gérmenes\) \(www.health.state.mn.us/people/handhygiene/why/5ways.pdf\)](http://www.health.state.mn.us/people/handhygiene/why/5ways.pdf)
7. [Vomit Clean Up \(Limpieza del vómito\) \(www.health.state.mn.us/diseases/foodborne/vomitposter.pdf\)](http://www.health.state.mn.us/diseases/foodborne/vomitposter.pdf)
8. [When Should I Wash My Hands? \(¿Cuándo debo lavarme las manos?\) \(www.health.state.mn.us/people/handhygiene/why/whenwash.pdf\)](http://www.health.state.mn.us/people/handhygiene/why/whenwash.pdf)