

Recomendaciones para la salida a la calle de los niños menores de 14 años durante la fase de desconfinamiento de la pandemia Covid-19

El Dr. Pere Sala, Jefe de Servicio Transversal de Pediatría del Hospital Universitari General de Catalunya y el Hospital Quirónsalud Vallès nos hace unas recomendaciones para las salidas de los niños en la calle.

La situación de emergencia sanitaria que ha comportado el Covid-19 ha hecho necesario el confinamiento de las familias, desde el 14 de marzo, para evitar al máximo la transmisibilidad del virus SARS-Cov-2, causante de esta pandemia.

Esta medida, que se ha demostrado beneficiosa para el control de la pandemia, ha alterado la rutina diaria de las familias, con especial afectación al colectivo de los niños, en diferentes ámbitos: familiar, social y educativo, entre otros. Aparte, este confinamiento prolongado puede condicionar aspectos negativos en la salud física, como mayor tendencia al sobrepeso y obesidad y pérdida de tono muscular debido al incremento del sedentarismo y aspectos negativos en la salud emocional (irritabilidad, decaimiento, trastornos del sueño, etc....)

Teniendo en cuenta la evolución de la pandemia, en fase de estabilización en el momento actual, se ha considerado a partir del 25 de abril la necesidad de que los niños puedan realizar salidas controladas en la calle por los beneficios que esto puede reportar. Este son los asociados a un estilo de vida más saludable, con la mejora de síntesis de vitamina D, de la calidad del sueño y una mejora en el bienestar social o familiar. Esto se llevará a cabo manteniendo unas medidas de seguridad para evitar al máximo que esto no repercuta desfavorablemente en la evolución de la pandemia.

Recomendaciones antes de salir de casa:

Asegurar que el niño no presenta síntomas de enfermedad. Se aconseja tomar la temperatura en caso de duda. No pueden salir si están en aislamiento domiciliario por Covid-19 o en cuarentena por haber estado en contacto con alguien diagnosticado de la enfermedad.

Lavado de manos con agua y jabón o con solución hidroalcohólica.

Antes de salir explicar a los niños el beneficio de llevar la mascarilla durante el paseo. Conviene que sean mascarillas infantiles o de fabricación doméstica.

Es preferible subir por las escaleras y no utilizar el ascensor del domicilio siempre que sea posible.

El niño debe salir acompañado de un adulto con el que conviva y éste puede acompañar un máximo de tres niños.

No está permitido organizar encuentros con otros familiares o amigos.

Los niños sólo pueden llevarse bicicletas o patinetes para pasear.

Recomendaciones para la salida a la calle de los niños menores de 14 años durante la fase de desconfinamiento de la pandemia Covid-19

Recomendaciones durante la salida:

Limitación de tiempo a una hora máximo de paseo

Limitación de distancia a un km máximo desde el domicilio

Se puede pasear por espacios de uso público, incluido espacios naturales y zonas verdes autorizadas, pero no se pueden utilizar los espacios recreativos de juegos infantiles ni las instalaciones deportivas, ni utilizar columpios, toboganes u otros elementos propios de los parques infantiles para el riesgo de superficies susceptibles de contaminarse o estar contaminadas

Uso de mascarilla durante el paseo: aconsejable para los niños mayores de 3 años, siempre y cuando el niño la tolere bien

No es necesario el uso de guantes

Mantener la distancia prudencial de seguridad de 2 metros respecto de otras personas y no tener contacto físico

En caso de encontrarse amigos y conocidos, además de la distancia de seguridad, se recomienda un máximo de 10 minutos de encuentro

El niño puede caminar, correr y jugar

Se recomienda que no se coma en la calle

Recomendaciones al volver a casa:

Higiene de manos con agua y jabón o con solución hidroalcohólica

Explicar al niño que, aunque la salida haya sido corta, al día siguiente podrá volver a salir

La franja horaria en que se puede salir a pasear con los niños en la fase actual es de **12:00 h a 19:00 h**

Recomendaciones para la salida a la calle de los niños menores de 14 años durante la fase de desconfinamiento de la pandemia Covid-19

Sobre quirónsalud

Quirónsalud es el mayor grupo hospitalario de España y el tercero de Europa. Cuenta con más de 35.000 trabajadores en más de 120 centros sanitarios, entre los que se encuentran 45 hospitales que ofrecen 6.800 camas hospitalarias. Dispone de la tecnología más avanzada y de un gran equipo de profesionales altamente especializados y de prestigio internacional. Entre sus centros, se encuentran el Centro Médico Teknon, Ruber Internacional, Hospital Universitario Quirónsalud Madrid, Fundación Jiménez Díaz, Hospital Quirónsalud Barcelona, Hospital Universitario Dexeus, Policlínica de Gipuzkoa, etc.

El Grupo trabaja en la promoción de la docencia (ocho de sus hospitales son universitarios) y la investigación médico-científica (cuenta con el Instituto de Investigación Sanitaria de la FJD, único centro investigador privado acreditado por la Secretaría de Estado de Investigación, Desarrollo e Innovación).

Asimismo, su servicio asistencial está organizado en unidades y redes transversales que permiten optimizar la experiencia acumulada en los distintos centros y la traslación clínica de sus investigaciones. Actualmente, Quirónsalud está desarrollando más de 1.600 proyectos de investigación en toda España y muchos de sus centros realizan en este ámbito una labor puntera, siendo pioneros en diferentes especialidades como oncología, cardiología, endocrinología, ginecología y neurología, entre otras.

Para más información:
Comunicación
Pilar Rosas
93 587 93 93
65 681 16 45