

Prevención de Enfermedades en Child Care and Early Learning Programs (Programas de Cuidado Infantil y Aprendizaje Temprano): Lista de Verificación para Docentes

Cómo usar esta lista: Esta lista de verificación incluye estrategias que los administradores y docentes de programas de aprendizaje temprano pueden utilizar para prevenir y controlar la propagación de enfermedades. Contiene la justificación (el **¿por qué?**), así como los pasos de acción (el **¿qué debo hacer?**) que se deben seguir para cada estrategia. Para muchas de las estrategias, se sugiere utilizar herramientas de apoyo, que se pueden encontrar en nuestro sitio web: kingcounty.gov/childcare. **Puede resultarle útil imprimir las herramientas de los enlaces a continuación para tenerlas a disposición cuando las necesite.** Para obtener más información sobre las enfermedades y cómo se propagan, consulte la información adicional al final de la lista de verificación.

Observar Signos de Enfermedad

¿Por qué es esto importante? Cuanto antes se identifique a las personas enfermas, antes se las podrá enviar a casa. Esto ayuda a que los gérmenes no se propaguen en el salón de clases.

¿Qué debo hacer?

- Buscar signos de enfermedad cuando lleguen los niños y a lo largo del día. Los signos de enfermedad pueden incluir mejillas enrojecidas, respiración agitada o dificultad para respirar (sin actividad física reciente), estar más cansado de lo habitual, estar más irritable o llorar más de lo habitual.
- Si el personal necesita tomar la temperatura de un niño o niña, debe usar un termómetro de escaneo frontal o un termómetro digital colocado debajo del brazo. La temperatura puede tomarse por vía oral en niños y niñas en edad preescolar y escolar si se utilizan cubiertas desechables para el termómetro. De acuerdo con el Washington Administrative Code (WAC, Código Administrativo de Washington), no se permite tomar la temperatura en el oído ni por vía rectal en los centros de cuidado infantil.
- Notificar a su administrador y seguir la política de enfermedades del programa si un niño muestra signos de enfermedad.

Lavarse las Manos

¿Por qué es esto importante? Lavarse las manos elimina físicamente los gérmenes de las manos con las que se puede haber tocado un objeto contaminado.

¿Qué debo hacer?

- Seguir los pasos de lavado de manos descritos en [la sección 110-300-0200 del](#)

[Washington Administrative Code \(WAC, Código Administrativo de Washington\)](#).

- Asegurarse de que haya disponible jabón, agua y toallas de papel o un desinfectante para manos a base de alcohol (con al menos 60 % de alcohol). Estos también deberían estar disponibles cuando se está al aire libre.
- Cuando se use desinfectante para manos en niños:
 - Las manos no pueden estar visiblemente sucias. La suciedad debe eliminarse al lavar las manos con agua corriente.
 - El padre, la madre o el tutor debe completar un [formulario de autorización de desinfectante para manos](#) cada año antes de su uso (traducciones disponibles en kingcounty.gov/childcare debajo del ícono “Care plans and authorization forms” (Formularios de salud y planes de atención).
 - Nunca debe usarse en niños menores de 2 años.

Cubrirse la Boca al Toser y Estornudar

¿Por qué? Muchos virus, como la influenza y el virus respiratorio sincitial (VRS), pueden estar presentes en gotitas respiratorias provenientes de la tos, los estornudos, la secreción nasal y la saliva (baba). **Cubrirse la boca al toser y estornudar ayuda a evitar que estas gotitas caigan en las superficies o entren a la boca, la nariz y los ojos de otra persona.**

¿Qué debo hacer?

- Enseñarles a los niños a toser y estornudar en los codos, no en las manos.
- Enseñarles a los niños a alejarse de las personas si necesitan toser o estornudar.
- Lavarse las manos con frecuencia.
- Desechar los pañuelos usados y lavarse las manos después de limpiarse la nariz.

Limpiar, Desinfectar, e Higienizar

¿Por qué? Muchos virus pueden encontrarse en superficies y objetos. Por ejemplo, el norovirus (que causa vómitos y diarrea) puede permanecer en una superficie durante semanas. **El uso del método de tres pasos para limpiar, enjuagar e higienizar o desinfectar objetos y superficies reduce o elimina los gérmenes para que no se propaguen ni generen enfermedades.**

¿Qué debo hacer?

- Seguir el [método de tres pasos](#) (limpiar, enjuagar e higienizar o desinfectar) y colocar carteles como recordatorio de los pasos (traducciones disponibles en kingcounty.gov/childcare debajo del ícono “Cleaning and bleach” (Limpieza y lejía).
- Obtener la aprobación de su licenciador del Department of Children, Youth, and Families (DCYF, Departamento de Niños, Jóvenes y Familias) antes de usar algún

producto higienizante o desinfectante que no sea lejía. Este es un requisito del WAC.

- Seguir el [calendario de limpieza](#) de su programa (traducciones disponibles en kingcounty.gov/childcare debajo del ícono “Cleaning and bleach” (Limpieza y lejía).
- Colocar en un recipiente cualquier juguete que tenga baba o que un bebé se haya puesto en la boca para poder limpiarlo y desinfectarlo más tarde. **Los juguetes que se hayan llevado a la boca nunca deben compartirse.**

Mejorar la Calidad del Aire Interior

¿Por qué? Algunos gérmenes permanecen en el aire y pueden inhalarse, como los virus que causan el sarampión, la varicela y el COVID-19. Cuando se mejora la calidad del aire interior, puede haber más aire fresco en las salas y una menor cantidad de virus en el aire.

¿Qué debo hacer?

- Ajustar los sistemas de calefacción, ventilación y aire acondicionado para permitir que el aire exterior ingrese al espacio del programa.
- Considerar el uso de un purificador de aire HEPA portátil en los salones de clase.
- Usar ventiladores seguros para niños que ventilen lejos de las personas y hacia el exterior.
- Si el baño tiene ventilador, debe mantenerse encendido durante todo el día.
- Ofrecer más tiempo al aire libre; mantenga las ventanas y puertas abiertas para que circule el aire mientras los niños estén fuera de la sala.
- Abrir las ventanas y puertas (si es seguro hacerlo) cuando haya niños presentes.
- Visitar [Calidad del aire interior - Condado de King, Washington](#) para obtener más información.

Reducir la Propagación de Gérmenes al Cambiar Pañales E Ir al Baño

¿Por qué? Algunos gérmenes que se transmiten a través de las heces (caca), como la enfermedad de manos, pies y boca o el norovirus, pueden pasar a las superficies por accidente o transmitirse a través del aire y aterrizar en objetos o superficies cercanas. Limitar los artículos en el área para cambiar pañales, lavarse las manos y asegurarse de que cualquier superficie u objeto en el área para cambiar pañales se pueda limpiar y desinfectar fácilmente reduce la cantidad de gérmenes que se propagan a través de las heces (caca).

¿Qué debo hacer?

- Asegurarse de que todas las personas se laven las manos después de ir al baño.
- Seguir el procedimiento de [Cómo cambiar un pañal](#) (disponible en [español](#)).

- Los proveedores deben lavarse las manos en tres momentos distintos durante el cambio de pañales.
- Los niños deben lavarse las manos con agua y jabón al finalizar el cambio de pañal.
- Mantener alejado del espacio para cambiar pañales cualquier artículo que no se use durante el cambio de pañales (como portapapeles con formularios de crema para pañales, juguetes o móviles colgantes).
- Utilizar el método de tres pasos para limpiar, enjuagar y **desinfectar** la superficie para cambiar pañales o el baño.
- Si se utiliza un inodoro sin descarga de agua, como una silla para aprender a ir al baño:
 - Asegúrese de que esté hecho de un material que pueda limpiarse y desinfectarse fácilmente.
 - La silla y el área que la rodea deben limpiarse, enjuagarse y desinfectarse después de cada uso.
 - Consulte WAC 110-300-0220 para obtener más información sobre la limpieza de equipos para aprender a ir al baño.

Reducir la Propagación de Gérmenes al Lavarse los Dientes

¿Por qué? Debido a que la saliva puede contener muchos gérmenes, es importante tomar medidas para evitar la propagación de gérmenes de un cepillo de dientes a otro o de un niño a otro cuando se cepillan los dientes.

¿Qué debo hacer?

- Seguir el [procedimiento para cepillarse los dientes \(en la mesa\)](#) recomendado.
- Guardar los cepillos de dientes:
 - Expuestos al aire con las cerdas hacia arriba para que se puedan secar.
 - De modo que no puedan gotear sobre otros.
 - En un espacio designado y etiquetado en un estante de guardado, sin que entre en contacto con ningún otro cepillo de dientes ni con el espacio de guardado de otro niño.

Reducir la Propagación de Gérmenes Cuando Se Duerme

¿Por qué? Muchos gérmenes pueden propagarse por el aire, y los niños no se cubren la boca cuando tosen o estornudan mientras duermen. Por lo tanto, mantener a los niños dormidos con cierta distancia unos de otros puede ayudar a reducir la propagación de gérmenes.

¿Qué debo hacer?

- Mantener las colchonetas o cunas con una separación de al menos 18 pulgadas (46 centímetros) de cada lado.
- Ubicar a los niños de modo que la cabeza de uno esté junto a los pies del siguiente o que sus pies estén enfrentados para aumentar la distancia entre las caras de los niños dormidos.
- Colocar las cunas a una distancia mínima de 30 pulgadas (76 centímetros) entre sí o, si el espacio es reducido, se pueden colocar las cunas una al lado de la otra siempre que estén separadas por una barrera sólida como plexiglás.
- Consultar el [calendario de limpieza de su programa](#) para obtener información sobre la limpieza de los elementos para dormir y las sábanas.

Más Información Sobre Las Enfermedades Y Cómo Se Propagan

Las enfermedades transmisibles (enfermedades que se transmiten de una persona a otra) solo pueden propagarse cuando hay tres factores: un germen, una persona que tiene más probabilidades de contraer el germen o de enfermarse si lo tiene en el organismo, y un medio para que este germen pase a otra persona. Los programas de cuidado infantil y aprendizaje temprano tienen los tres elementos, pero esta lista de verificación tiene como objetivo proporcionar estrategias para reducirlos.

Los **gérmenes** analizados en la lista de verificación son los virus, las bacterias, los hongos o los parásitos que pueden causar enfermedades.

Hay muchos motivos por los que **una persona puede tener mayor probabilidad de contraer un germen**. En los programas de cuidado infantil, los niños están muy juntos y es más probable que se lleven objetos a la boca, lo que aumenta las probabilidades de que los gérmenes entren a su organismo. No lavarse las manos (o no lavarlas bien) aumenta las probabilidades de que los gérmenes entren al organismo de una persona. Las heridas abiertas o cortes sin cubrir también son un factor de riesgo porque pueden permitir que los gérmenes entren al organismo de una persona.

Cuando los gérmenes pasan del organismo de una persona al de otra, se denomina **transmisión**. Hay tres tipos principales de transmisión que son habituales en el cuidado infantil:

- **Transmisión por gotitas:** esto ocurre cuando una persona con ciertos virus respiratorios o infecciones bacterianas libera gotitas de la tos, los estornudos, la saliva o el líquido de la nariz en el aire, en las superficies o directamente sobre las membranas mucosas de los ojos, la nariz o la boca. Estas gotitas respiratorias transportan el virus o la bacteria, pero por lo general no se desplazan más de 3 a 6 pies (entre 1 y 2 metros) porque son relativamente grandes y pesadas. Los gérmenes se pueden introducir en el organismo de otra persona si las gotitas caen directamente en las membranas mucosas (ojos, nariz o boca), o si la persona toca una superficie u objeto que tiene las gotitas y luego se toca los ojos, la nariz o la boca. Estos son algunos ejemplos de enfermedades que se propagan mediante la transmisión por gotitas:
 - Bacteria *Bordetella pertussis* (tos ferina) (se puede prevenir con las vacunas DTaP [vacuna contra la difteria, el tétanos y la tos ferina] o Tdap [vacuna contra el tétanos, la difteria y la tos ferina])
 - Virus de la influenza (se puede prevenir con la vacuna contra la gripe)
 - Virus respiratorio sincitial (VRS)
 - Virus COVID-19 (la gravedad puede reducirse con la vacuna contra el COVID-19)
 - Enfermedad de manos, pies y boca (HFMD)
 - Norovirus

- Paperas (se puede prevenir con la vacuna MMR [vacuna triple viral o SPR])
- **Transmisión aérea:** ocurre cuando una persona con un virus o una bacteria exhala, habla, canta, tose o estornuda y libera partículas más pequeñas de virus en el aire. Debido a que estas partículas son tan pequeñas y livianas, quedan suspendidas en el aire y pueden permanecer allí durante horas. Los gérmenes pueden entrar al organismo de otra persona cuando esta inhala las pequeñas partículas presentes en el aire.
 - Estos son algunos ejemplos de enfermedades que se propagan mediante la transmisión aérea:
 - Bacteria *Myobacterium tuberculosis* (tuberculosis)
 - Virus de la rubeola (sarampión) (se puede prevenir con la vacuna MMR [vacuna triple viral o SPR])
 - Virus SARS-CoV-2 (COVID-19) (la gravedad puede reducirse con la vacuna contra el COVID-19)
 - Virus de la varicela-zóster (varicela) (se puede prevenir con la vacuna contra la varicella [vacuna contra la varicela])
- **Transmisión por contacto:** ocurre cuando un hongo, una bacteria, un virus o un parásito en el organismo de una persona ingresa al organismo de otra. Esto puede suceder de dos maneras:
 - **Directa:** si una persona toca su propio sarpullido que tiene gérmenes (por ejemplo, ampollas de varicela o sarpullido de impétigo) y luego toca a otra persona, sus gérmenes pueden ingresar al organismo de otra persona a través de un corte, una llaga o una grieta descubiertos en la piel. La transmisión por contacto directo también puede ocurrir con parásitos, como los piojos o la sarna, si dos personas tienen contacto piel con piel o cabeza con cabeza durante el tiempo suficiente para que estos se transmitan de una persona a otra.
 - **Indirecta:** cuando un virus, una bacteria o un hongo entran en contacto con manos, superficies u objetos, se denomina **contaminación**. Si otra persona toca manos, objetos o superficies contaminadas, no se lava las manos (o no se las lava bien) y luego se toca la boca, los ojos, la nariz o una abertura en la piel como un corte descubierto, los gérmenes pueden ingresar al organismo y provocar una enfermedad.
 - **Transmisión fecal-oral:** este es un ejemplo específico de transmisión indirecta. La transmisión fecal-oral ocurre cuando las bacterias o los virus presentes en las heces (caca) de una persona entran a la boca de otra persona, y esta los traga. Esto sucede cuando alguien que tiene una enfermedad que involucra gérmenes que se alojan en las heces (caca) no se lava las manos lo suficientemente bien como para eliminarlos después de usar el baño, y luego transfiere los gérmenes a objetos o alimentos. Otra persona puede enfermarse cuando come un alimento que tiene

gérmenes, o si toca un objeto que tiene un germen, no se lava las manos y luego se las lleva a la boca.

- Estos son algunos ejemplos de enfermedades que se propagan mediante la transmisión por contacto:
 - Infecciones por impétigo y SARM causadas por bacterias *Staphylococcus* y *Streptococcus*
 - Enfermedad de manos, pies y boca (HFMD)
 - Norovirus
 - Virus SARS-CoV-2 (COVID-19) (vacuna disponible para prevención)
 - Virus de la varicela-zóster (varicela) (se puede prevenir con la vacuna contra la varicella [vacuna contra la varicela])
 - Rotavirus (vacuna disponible para prevención)

Algunas enfermedades se propagan de múltiples maneras (por ejemplo, el COVID-19 puede propagarse mediante transmisión por gotitas, por el aire y por contacto). Usar solo una estrategia, como limpiar superficies, para prevenir una enfermedad que también puede propagarse por transmisión aérea puede no ser suficiente para eliminar el germen. Para reducir de manera eficaz los gérmenes, prevenir su propagación y prevenir las enfermedades, es importante utilizar varias estrategias.

¿Cómo Funciona el Método de Tres Pasos para Prevenir Enfermedades?

1. **Limpiar:** la limpieza se realiza con agua, jabón y fregado. Este paso elimina la suciedad de las superficies y puede eliminar la mayoría de los tipos de gérmenes perjudiciales que causan enfermedades.
2. **Enjuagar:** los desinfectantes e higienizantes no funcionan si queda una capa de jabón del primer paso. La capa de jabón debe enjuagarse con agua para que los desinfectantes e higienizantes puedan tener efecto.
3. **Higienizar:** si bien uno de los objetivos es eliminar los gérmenes para que no puedan propagarse, tampoco queremos que los productos químicos agresivos entren en contacto con los cuerpos en desarrollo de los niños pequeños. Se considera que la cantidad de lejía presente en los higienizantes es segura para su uso en elementos que un niño podría colocarse en la boca (chupetes y juguetes infantiles) o superficies que podrían entrar en contacto con alimentos (como platos y utensilios para comer). **Los higienizantes reducen la cantidad de gérmenes que quedan en las superficies después de la limpieza, por lo que hay menos gérmenes que podrían propagar infecciones y causar enfermedades.**

○

3. **Desinfectar:** algunos gérmenes que hay en las heces (caca), la sangre y otros fluidos

corporales pueden causar enfermedades o dolencias graves. El objetivo es eliminar estos gérmenes, no solo reducir la cantidad. Debido a que **los desinfectantes matan los gérmenes que quedan en las superficies después de la limpieza**, se utilizan en superficies donde puede haber gérmenes que causan enfermedades graves (en baños y áreas de cambio de pañales). También se utilizan para limpiar fluidos corporales, sangre u otros materiales potencialmente infecciosos (OPIM, por su sigla en inglés).

Referencias

American Academy of Pediatrics. Managing Infectious Diseases in Child Care and Schools, 6th Edition

Centers for Disease Control and Prevention. Website: https://www.cdc.gov/infection-control/about/?CDC_AAref_Val=https://www.cdc.gov/infectioncontrol/spread/index.html

American Academy of Pediatrics, American Public Health Association, National Resource Center for Health and Safety in Child Care and Early Education. Caring for Our Children: National Health and Safety Performance Standards; Guidelines for Early Care and Education Programs. 4th ed. Itasca, IL: American Academy of Pediatrics; 2019