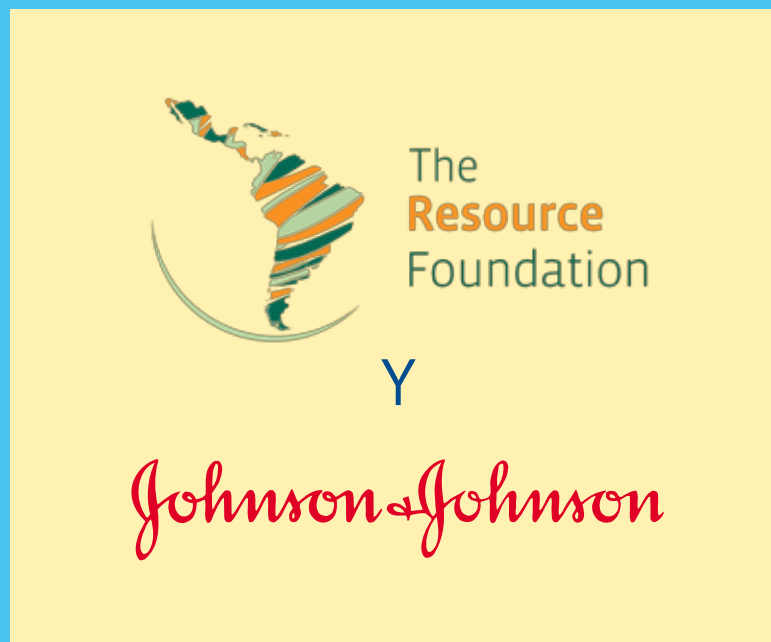




Fundación  
**Natalí Dafne Flexer**  
de ayuda al niño con cáncer



La Fundación Natalí Dafne Flexer  
agradece la edición de este libro a:



ISBN 978-987-98943-9-2

# Higiene

Guía de Cuidados durante el Tratamiento



Méndez, Teresa

Higiene : guía de cuidados durante el tratamiento / Teresa Méndez ; editor literario Allyson Brein ; ilustrado por Aída Schwartzman. - 1a ed. - Buenos Aires : Fundación Natalí Dafne Flexer, 2015.

24 p. : il. ; 20 x 14 cm.

ISBN 978-987-98943-9-2

1. Higiene. 2. Enfermedades en los Niños. 3. Cuidado del Niño. I. Brein, Allyson, ed. Lit. II. Schwartzman, Aída, illus. III. Título. CDD 618.92

Fecha de catalogación: 21/09/2015

## HIGIENE. Guías de Cuidados durante el Tratamiento Oncológico



### Autor

Lic. Teresa Mendez

### Ilustraciones

Aída Schwartzman

### Diseño

Allyson Brein  
Giuliana Adduca

### Impresión

Este libro es de Distribución Gratuita



La Fundación Natalí Dafne Flexer tiene presencia en distintos Hospitales de la Ciudad de Buenos Aires, de la provincia de Buenos Aires y de la Provincia de Tucumán y de Corrientes.

Se trabaja coordinada y cooperativamente con los hospitales. En todos ellos se realizan actividades de recreación y se acercan los variados servicios que ofrece la Fundación, de apoyo psicosocial. Otras intervenciones varían de acuerdo a las necesidades de cada uno de los Hospitales.

En el Hospital Posadas, por ejemplo, se une a la necesidad manifestada por el equipo médico, de prevenir infecciones durante los tratamientos oncológicos. Por eso, se realizaron allí, junto

al Equipo de Psicólogos de la Fundación y a Enfermeros, Talleres de Psico-higiene dirigido a Padres y Niños.

Los Talleres forman parte integral del Programa de Control de Infecciones, que el Servicio de Hematooncología Pediátrica del Htal. Nacional Posadas, lleva adelante junto al Departamento Internacional de Enfermedades infecciosas del Htal St. Jude, de Estados Unidos.

Este libro es el resultado de esos Talleres, con la colaboración de The Resource Foundation y Johnson y Johnson como un aporte al Cuidado Integral del Niño con Cáncer.

Fundación Natalí Dafne Flexer  
Sede Central: Mansilla 3125  
Tel 54 11 4825 5333

[www.fundacionflexer.org](http://www.fundacionflexer.org)  
[libros@fundacionflexer.org](mailto:libros@fundacionflexer.org)  
Buenos Aires - Argentina

## Introducción

---

Uno de los desafíos a los que el niño y su familia deberán enfrentarse para llevar adelante el tratamiento de la mejor manera posible, está relacionado con la higiene del niño y su entorno.

Para prevenir infecciones y otras complicaciones, que pueden surgir por efectos no deseados del tratamiento, deberán extremar ciertas pautas de higiene que se traducirán en muchos cambios en la vida cotidiana de la familia.

Esperamos que esta guía resulte de utilidad para todas aquellas personas que cuidan al niño o están en contacto con él, y que les permita comprender la importancia de poner en práctica estos hábitos de higiene, tanto en el hospital como en la casa.

### En este libro encontrará:

#### Aspectos médicos

- La enfermedad
- El tratamiento
- Control de la temperatura

#### Higiene del niño:

- Lavado de manos
- Cuidado de la piel
- Cuidado de la boca
- Cuidado de la zona perianal
- Uso del barbijo

#### El baño

#### Higiene de los cuidadores

#### Higiene de la casa

#### Higiene de las visitas

#### Higiene durante la internación:

- Limpieza
- Convivencia
- Cuidados durante los procedimientos

#### Cuidado de los alimentos

#### Aspectos emocionales



## Aspectos médicos

---

Un organismo sano puede combatir los gérmenes porque cuenta con un sistema inmunológico que lo protege de las infecciones. Entre los elementos de la sangre (glóbulos rojos, glóbulos blancos y plaquetas) los encargados de las defensas del cuerpo son los glóbulos blancos. Existen varios tipos y cada uno tiene una función especial. Dentro de ellos, los “neutrófilos” son los encargados de la defensa frente a las enfermedades. Cuando un germen ingresa en el cuerpo, los neutrófilos, comienzan a trabajar en la zona afectada para destruirlo y mantener la salud. Los neutrófilos tienen la capacidad de fortalecerse frente a los gérmenes y destruirlos para que no provoquen

problemas más graves. En los niños con enfermedades oncológicas, sea por la enfermedad o por el tratamiento que reciben, el sistema inmune se debilita y bajan sus defensas. Un término médico para expresar esta situación es “inmunocompromiso”, que puede ser de diferente tipo y gravedad.

En ocasiones, el niño podrá tener durante el tratamiento menos neutrófilos, lo que genera mayores probabilidades de contraer infecciones. Esta situación se denomina “neutropenia”.

La neutropenia puede presentarse acompañada de fiebre y, en ese caso, se la denomina “neutropenia febril”.

Las neutropenias pueden deberse a:

### LA ENFERMEDAD

Cuando afecta a la médula ósea, que es la encargada de fabricar las células de la sangre y, por lo tanto, también de la formación de los neutrófilos. Es común en las leucemias y los linfomas.

### EL TRATAMIENTO:

Porque la quimioterapia y la radioterapia trabajan destruyendo las células del cuerpo que crecen rápidamente. Esto incluye las células enfermas (cancerígenas) y las sanas. Por eso, el tratamiento destruye las células malignas pero también debilita y destruye, de forma secundaria y no buscada, las células de la sangre y entre ellas los neutrófilos que cumplen un papel tan importante en la prevención de infecciones.

La Quimioterapia afecta también las mucosas, que son células de crecimiento rápido. Estas alteraciones en las mucosas se vuelven especialmente delicadas durante la neutropenia, aumentando el riesgo de infecciones en la boca, tracto digestivo y respiratorio, y zona perianal. Es probable que el niño, sobre todo si está haciendo

# HIGIENE

## Guía de Cuidados durante el Tratamiento Oncológico



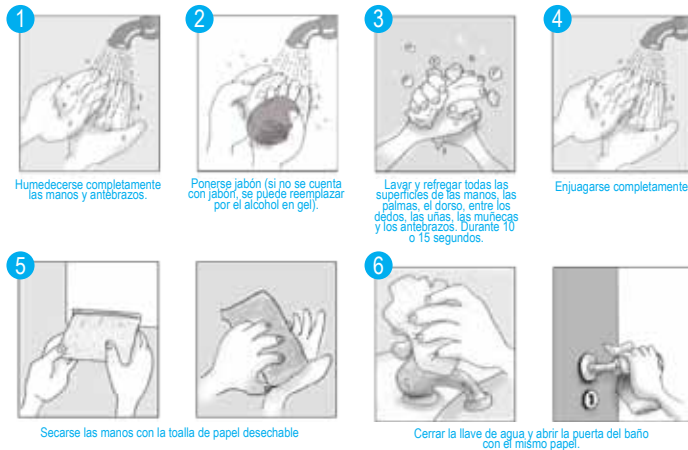
"El contenido de este material no reemplaza las indicaciones y consejos médicos. El contenido de estas páginas es provisto solamente a título informativo. No es un sustituto del cuidado personal que usted debe obtener del médico tratante. Toda vez que tenga dudas, busque el consejo profesional. Tanto el autor y editor de este libro, así como la Fundación, no asumen ninguna responsabilidad por cualquier inexactitud u omisión ni por las consecuencias derivadas del uso del material contenido en este libro"



### Se recomienda:

- Quitarse los anillos, el reloj y subirse las mangas arriba de los codos.
- Humedecer completamente las manos y los antebrazos.
- Utilizar jabón ( se puede reemplazar por alcohol en gel).
- Lavar y refregar las palmas, el dorso, entre los dedos, las uñas, las muñecas y los antebrazos, durante 10 o 15 segundos.
- Enjuagarse completamente.
- Secarse las manos con toalla de papel desechable.
- Cerrar la llave de agua y abrir la puerta del baño con el mismo papel.
- Tanto el niño como su familia deben tener las uñas cortas y limpias.

### LAVADO DE MANOS



### CUIDADO DE LA PIEL

Como se mencionó anteriormente, una de las posibles vías de ingreso de gérmenes es a través de la piel. Por lo tanto, mantenerla limpia es otra forma de cuidado. Se aconseja usar jabón neutro para el baño y evitar productos que puedan irritarle la piel (por ejemplo, los perfumes). En el caso de los niños pequeños, revisar durante el baño si tiene alguna lesión en la piel. Frente a la aparición de heridas y especialmente si están enrojecidas o inflamadas, consulte al médico.

Además de cumplir con las pautas de higiene, *el baño es una fuente de relax para los niños más pequeños y suele ser también un momento de juego y diversión.*

La quimioterapia y la radioterapia pueden afectar la piel, haciéndola más sensible a las quemaduras solares. Por eso, se recomienda evitar la exposición solar, y usar ropa adecuada (sombrero, pantalones largos, remeras con mangas, etc.) y protectores solares del tipo pantalla o bloqueadores de sol. No se deben usar cremas que no hayan sido indicadas por su médico.

### CUIDADO DE LA BOCA

Como se mencionó anteriormente, *durante el tratamiento, estos cuidados deben extremarse*, porque la boca puede ser fuente de complicaciones infecciosas. La alteración más frecuente de la mucosa de la boca durante el tratamiento es la mucositis. Consiste en una inflamación de la misma acompañada de llagas o úlceras dolorosas, que en ocasiones pueden sangrar y sobreinfectarse. Suele aparecer de 7 a 10 días después de iniciada la quimioterapia y generalmente, si no existe infección, mejora al cabo de 1 a 2 semanas.

*La boca es una zona del cuerpo con un nivel elevado de bacterias y hongos.* Cuando la mucosa está alterada y se destruye, como ocurre en la mucositis, se infecta con facilidad dificultando su curación y favoreciendo el paso de bacterias a la sangre, pudiendo provocar infecciones, sobre todo si el paciente tiene las defensas bajas.

El médico indicará qué medicación es aconsejable si aparece una mucositis. Existen líquidos anestésicos, que ayudan a paliar el dolor. Muchas veces es aconsejable utilizar también fármacos antifúngicos (que evitan el crecimiento de los hongos)





## Higiene del niño

Considerando que las formas más frecuentes de contagio son el contacto a través de la piel o las mucosas, las vías respiratorias y el tracto digestivo, a continuación se detallan las pautas de higiene y cuidados relacionados con estas posibles vías de contagio, como así también la higiene de los cuidadores y las visitas, la limpieza en el hospital y en casa

### LAVADO DE MANOS

Muchas investigaciones científicas han demostrado que un alto porcentaje de infecciones se transmiten a través de las manos. Por lo tanto, el lavado de manos es la medida más sencilla, eficiente y poderosa para prevenirlas.



### Es importante lavarse las manos...

- Antes y después de entrar en la habitación del niño internado
- Antes de preparar alimentos, comer y beber, cambiarle la ropa y/o pañales
- Antes de: saludar al niño (darle un beso, abrazarlo, etc.) o darle los medicamentos.
- Después de: ir al baño., haber tocado objetos "sucios" como dinero, llaves, pasamanos, recoger la basura. estar en contacto con animales.

Lavarse las manos, es un procedimiento rutinario y sencillo, que debe tomarse con mucho más cuidado cuando se trata de eliminar gérmenes.

tratamiento por leucemia, deba realizar controles hematológicos frecuentes y previos a recibir la quimioterapia. De esta forma los doctores pueden saber si tiene neutropenia, su grado y la forma de tratarla.

Durante la neutropenia aumenta el riesgo de contagios. Por lo tanto, durante estos períodos es aún más importante cumplir estrictamente con los cuidados del niño, la higiene personal de sus cuidadores y la limpieza del lugar donde se encuentre (ya sea en la habitación del lugar donde realiza el tratamiento o en su casa).

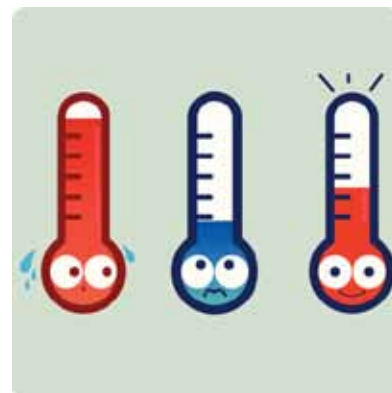
En algunos casos, cuando lo determina el médico, puede ser que deba aplicarse una medicación que ayude a aumentar las defensas, que se llama "estimulante de colonias".

### Por qué es importante el control de la temperatura?

En los niños con "defensas bajas", la fiebre puede ser el único síntoma que indique la presencia de una infección grave. La fiebre indica presencia de gérmenes que, en períodos de neutropenia, debe ser controlado por los médicos lo antes posible.

Si la temperatura es más baja –entre 37° y 38°- pero el estado general no es bueno, es decir que presenta decaimiento, malestar, falta de apetito o escalofríos, esto también puede ser síntoma de una infección y, por lo tanto, también se debe concurrir a su lugar de tratamiento con urgencia.

Por otro lado, es muy importante el control de las heridas provocadas por una cirugía o por la colocación del catéter. Debe observarse si estas heridas o zonas cercanas a las mismas se encuentran enrojecidas presentan pequeñas ampollas o cualquier otra lesión. Si se presenta este síntoma acompañado de fiebre puede ser que se trate de una infección y en este caso también se deberá consultar al médico.





## LAVADO DE LOS DIENTES:

Los niños mayores de 3 años deben utilizar un cepillo de dientes pequeño y suave (puede suavizarse aún más con agua caliente), de nylon y sin puntas, y pasta dental con flúor. El cepillo debe guardarse en un lugar seco para evitar que se contamine con gérmenes y debe ser cambiado por uno nuevo cada 3 meses y después de cada infección.

Hay que tener en cuenta que:

- Cuando las plaquetas están bajas puede haber sangrados en la boca.
- Cuando las defensas están bajas pueden ingresar gérmenes por la boca.

Por lo tanto, si hay lesiones o lastimaduras en la mucosa es aconsejable suspender el uso del cepillo de dientes y consultar a su médico, inmediatamente.

En algunos casos el médico podría indicar que se reemplaza el cepillo por hisopos o gasas para la limpieza de la



boca y que se utilicen buches antisépticos sin alcohol o específicos de tratamiento.

Es conveniente que los niños visiten periódicamente al odontólogo para mantener la salud de la boca y prevenir caries e infecciones en forma oportuna. En caso de que el niño necesite tratamiento odontológico se debe consultar primero al médico que está a cargo del tratamiento oncológico para que éste indique cuál es el momento más adecuado.

**Para prevenir las caries, se aconseja higienizar bien la boca luego de cada comida y especialmente luego de comer golosinas.**

La quimioterapia y la radioterapia pueden generar sequedad en la boca. Para prevenirla es aconsejable:

- Tomar líquidos frecuentemente (de a sorbitos).
- Disolver lentamente trocitos de hielo en la boca.
- Evitar comidas secas, duras o ásperas, tales como las tostadas.

También se pueden proteger los labios aplicando cada 2 o 3 horas manteca de cacao o vaselina en pasta.

Si hay lesiones en la boca, es conveniente evitar alimentos ácidos, salados, muy calientes o duros.

Encontrará mayor información sobre este tema en el libro “Alimentación” ([www.fundacionflexer.org/libros-gratis-sobre-cancer-infantil.html](http://www.fundacionflexer.org/libros-gratis-sobre-cancer-infantil.html)).

## CUIDADO DE LA ZONA PERIANAL

Otra zona del cuerpo que puede verse afectada por el tratamiento es el final del tubo digestivo, la zona perianal -el ano y la piel a su alrededor-.

Puede presentarse irritación, enrojecimiento de la piel, y dolor. El dolor puede manifestarse en forma espontánea y aumentar en el momento de la defecación. En estos casos, los niños tienden a retener la materia fecal para evitar el sufrimiento. La materia fecal retenida se seca y se endurece, con lo que aumentan las dificultades y también las posibilidades de infección a través de una lesión en el ano. Algunas medicinas también pueden producir constipación. La misma puede prevenirse con una alimentación adecuada.

Las lesiones de esta zona favorecen el ingreso al organismo de gérmenes capaces de producir infecciones graves. Se debe consultar al médico de inmediato ante la aparición de los síntomas o signos mencionados.

Dado que es una parte del cuerpo que involucra la intimidad, es posible que el niño evite decirlo y se rehúse a ser revisado. Generalmente los médicos lo tienen en cuenta y, de ser posible, suele realizar la revisión un médico del mismo sexo. Es importante que se le explique al niño que los médicos buscan ayudarlo para evitar que se complique cualquier síntoma.

En el libro Alimentación encontrarán mayor información acerca de la constipación y los alimentos que pueden ayudar a evitarla. ([www.fundacionflexer.org/libros-gratis-sobre-cancer-infantil.html](http://www.fundacionflexer.org/libros-gratis-sobre-cancer-infantil.html))  
O solicítelo al 11 4825 5333



## USO DEL BARBIJO Y MASCARILLA

La principal función del barbijo es evitar la transmisión de enfermedades por vía respiratoria. Se utiliza para evitar que el niño que está "inmunocomprometido", es decir con bajas defensas, se contagie de otras personas. Por lo general, se utilizan dos tipos de protecciones, según lo indique el médico:

1. Barbijo tricapa quirúrgico que es el que se utiliza habitualmente.
2. Mascarilla que se utiliza en casos de cuidados más estrictos. Es más rígido y hay de diferentes tipos y marcas.

Para que cumplan su función es fundamental colocárselo protegiendo la nariz y la boca y ajustarlo bien, para que no haya huecos entre la cara y el barbijo por los cuales pueden ingresar gérmenes.

También es importante no tocarlo mientras lo lleva puesto. Siempre que toque una mascarilla usada, por ejemplo para quitársela o lavarla, limpie sus manos lavándolas con agua y jabón o frotándolas con un pañuelito empapado en alcohol.

Toda vez que la mascarilla esté húmeda, sustitúyala por otra limpia y seca.

No reutilice las mascarillas de un solo uso. Deséchelas.



### ¿Cuándo es necesario usar el barbijo?

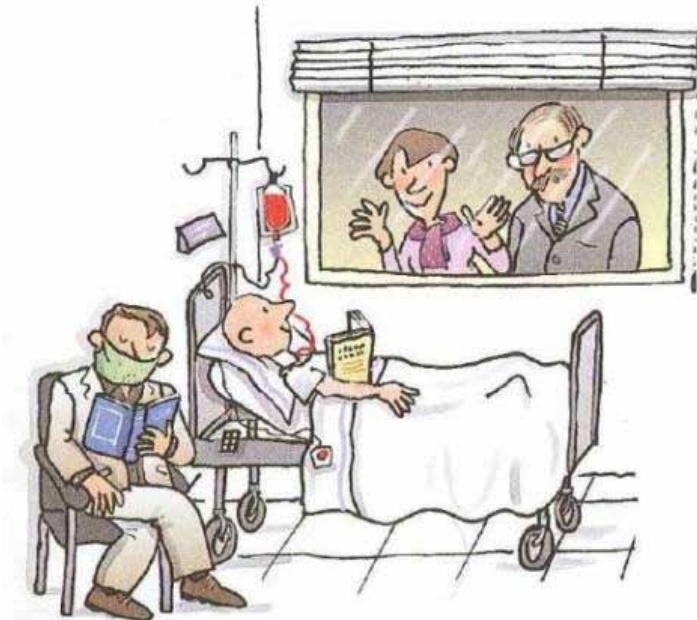
Durante el tratamiento, los médicos indicarán cuándo deber hacerse uso del barbijo. En general, lo indicarán cuando el niño presente lo que denominan como "bajas defensas".

Es recomendable que el niño utilice barbijo toda vez que viaje en transporte público, en lugares en los cuales hay mucha concentración de gente y en espacios cerrados.

También la familia deberá utilizar barbijo cuando el médico lo indique, y siempre que acompañe al niño cuando está en aislamiento. Cuando se está

resfriado o engripado es aconsejable evitar todo contacto pero aún así deberá usarse barbijo en la casa. El equipo de salud utiliza barbijo cuando ingresa a la habitación de un niño que está con neutropenia en aislamiento y cuando realiza procedimientos. Si el niño está en aislamiento respiratorio, los profesionales usarán sólo el barbijo. Si se encuentra en aislamiento de contacto, usarán también guantes y camisolín. En ese caso, es probable que en la puerta de la habitación, haya un cartel que indique los cuidados necesarios.

Se debe consultar al médico en qué otras circunstancias el uso del barbijo es estrictamente necesario para el niño, la familia y el equipo de salud.





## El baño

El baño parece un procedimiento sencillo pero, en los niños que están recibiendo tratamiento oncológico, requiere de cierta técnica y extremar cuidados para evitar infecciones.

Las siguientes indicaciones están basadas en las recomendaciones del Hospital de Día de Hemato-Oncología, del Hospital "Dr. Pedro de Elizalde.

### El Baño en casa:

Para bañar al niño en su casa o lugar donde está alojado, se debe preparar agua tibia, y utilizar jabón de glicerina o neutro ( blanco), además de una esponja suave.

Comenzar por la cabeza, hacia abajo (sin tocar la zona genital) continuar con las piernas y los pies, luego enjuagar la esponja e higienizar la parte genital. Es importante que la esponja que se utilizó para higienizar la zona genital, no toque otras partes del cuerpo.

Para el secado, se debe seguir el mismo orden: primero la cabeza, seguida del cuerpo y los pies y por último la parte genital.

### El Baño en la cama y/o Internación:

Colocar una toalla y una azalea de goma encima del colchón.

Se debe seguir el mismo orden que en el baño habitual. Sólo que se utilizarán 2 paños de higiene (que probablemente se lo entrega enfermería). Uno se utilizará para todo el cuerpo, y el segundo para higienizar la zona genital. Debe desechar ambos, una vez finalizada cada etapa. No es necesario secar.

El baño de niños con catéter habilitado y/o con suero:

Debe comenzar el baño con el paño de higiene alrededor del parche oclusivo de la aguja del catéter, seguido de todo el cuerpo y los pies. Con el segundo paño solamente los genitales.

Nota: el sobre de paños de higiene, se puede calentar a baño maría con el sobre cerrado, una vez abierto no le agregue agua, solamente debe friccionar/frotar para activar espuma.



### El Baño antes de una cirugía:

Es recomendable utilizar una esponja suave, jabón neutro ( glicerina o blanco) y abundante agua. Si tiene, debe sacarse pulseras, anillos y otros objetos que puedan raspar al niño. Se debe empezar por lavar la cabeza, siguiendo con el cuerpo, brazos, piernas y por último la zona genital. Enjuagar en el mismo orden del lavado Secar con toalla suavemente, primero cabeza, cuerpo, brazos, piernas y por último la zona genital. Es importante recordar que ningún elemento que haya tocado la zona genital debe tocar otra parte del cuerpo. Los niños deben sacarse el día anterior, cadenas, aros, pulseras y cualquier objeto que utilice. Deben mantener las uñas de las manos cortas, limpias y sin esmalte.

Muchos Hospitales solicitan a los padres que el niño esté bañado cada vez que concurra al mismo. Al ingreso de la sala de quimioterapia del Hospital de Día, tanto el niño como el acompañante, deben lavarse las manos desde los codos hasta los dedos con CLORHEXIDINA.



CUANDO NO  
ME PUEDO  
LEVANTAR,  
ME AYUDAN  
A BAÑARME EN  
LA CAMA.

## Higiene de los cuidadores

Quien acompañe al niño durante la internación, deberá cumplir con el lavado frecuente de manos (según lo señalamos antes), el baño o ducha diario y el lavado de su ropas.

También es importante cumplir con la vacunación de los convivientes del niño en tratamiento, si el médico lo indica. Los niños en tratamiento, son más susceptibles de adquirir infecciones que la población general. Una de las formas de protegerlos de infecciones graves es con la vacunación de quienes están en estrecho contacto (en general recibir la vacuna antigripal). Es importante que lo consulte con el médico del niño.

La actitud de los cuidadores frente a las normas que se establezcan en la institución de internación va a repercutir sobre la disposición del niño a cumplirlas. Si él siente que sus padres y familiares toman estas medidas de higiene como desafíos que lo ayudan a cuidarlo y las respetan, él se sentirá cuidado y apoyado para poder cumplirlas también. Pero si ve en sus padres enojos o poca confianza en la utilidad de las pautas, es probable que esto se refleje en el niño, favoreciendo su incumplimiento y esto puede traerle mayor riesgo de infecciones.

### Higiene de la casa

Cuando el niño regresa al hogar, luego del inicio del tratamiento, la casa deberá acondicionarse especialmente para brindarle el cuidado adecuado.

Las medidas de higiene deberán extremarse aún más cuando el niño esté atravesando un período de neutropenia y deba permanecer en su casa, protegiéndolo de riesgos de infecciones hasta tanto su sistema inmunológico se recupere.

La casa debe estar limpia, previamente. Se debe evitar barrer mientras el niño está en su casa, ya que esto genera la diseminación de partículas de polvo. El uso de lavandina es importante para mantener limpios los pisos y las superficies donde se apoya el niño y sus objetos, como la mesa, sus juguetes, su cama y la del resto de la familia.

También se deben airear los ambientes, sobre todo la habitación del niño.

Los médicos sugieren que los niños no estén en contacto con plantas ni mascotas durante el tiempo que dure el tratamiento. En los casos que el médico autoriza que las mascotas permanezcan en el domicilio, éstas deben tener todas las vacunas al día y cumplir con todas las pautas que el médico indique.



## Higiene de las visitas

### Durante la Internación.

Cuantas más personas ingresen a la habitación, más aumenta el riesgo de infecciones para el niño. Por eso, aún cuando se comprende que para el niño, la familia y los amigos son importantes, se deben respetar las pautas vinculadas a las visitas que el niño puede recibir.

Si se le explican al niño los motivos por los que es importante postergar las visitas y se logra tolerar sus enojos y reclamos, como emociones lógicas y esperables, es probable que enfrente con mejor ánimo las internaciones y sus restricciones. Si el aislamiento se prolonga, intentar acceder a conexión de internet, para que pueda interactuar con familiares y amigos, puede resultar muy beneficioso.

Es importante que familiares y amigos comprendan que el número de visitas al niño en internación permite reducir el riesgo de contraer infecciones. Acordar con ellos que podrán visitarlo eventualmente, siempre y cuando no estén cursando alguna enfermedad, estén resfriados, etc., siempre de acuerdo a lo que indique su médico.

Si el niño está autorizado a recibir visitas durante su internación, probablemente ellas traerán consigo gérmenes. Por eso, es importante que cumplan con las pautas de higiene establecidas por la institución en la que el niño se encuentra internado (lavado de manos siempre)

### En la casa

También deben limitarse las visitas en la casa y garantizar que quienes tomen contacto con el niño no estén enfermos. Las visitas deberán cumplir con el adecuado lavado de manos e higiene personal.

Es conveniente que los ambientes estén ventilados, limpios y que quien ingrese a la casa sepa que debe lavarse las manos y la forma adecuada en que debe hacerse. Si lo indican también debe usar alcohol y evitar los besos y abrazos

Se debe ofrecer la lectura de esta Guía a los familiares y amigos cercanos que visitarán al niño, para que entiendan la importancia de estos cuidados y las pautas de higiene que la familia viene llevando a cabo.

Si es el niño quien va de visita a otra casa, pregunte previamente si alguno de sus integrantes tuvo o estuvo expuesto a una enfermedad. Averigüe si presenta síntomas, ya que algunos cuadros infecciosos se diagnostican más tardíamente. Lleve consigo alcohol y los utensilios del niño.

## Higiene en la internación

### Mantener la limpieza de la habitación durante las internaciones

En general, cuando el niño debe permanecer internado, además de los cuidados señalados anteriormente, se debe cumplir con las medidas de limpieza de la habitación.

Mantener la higiene implica

- Que en la habitación no haya muchos objetos y los que estén deben estar limpios, de ser posible, con alcohol.
- No debe haber muñecos de peluche o de felpa.
- Una vez finalizada la comida, la mesa debe limpiarse y los residuos deben colocarse en el recipiente de basura que corresponda.
- Luego de utilizar el baño, éste también debe quedar limpio.
- Evitar en lo posible dibujos pegados en las paredes de la habitación.

### El desafío de compartir espacios con otras familias

En algunos hospitales las habitaciones son compartidas con otras familias.

En estos casos, resulta de utilidad que los padres puedan organizarse para colaborar, entre todos, con la limpieza y el orden de los espacios compartidos (la habitación, el baño, la heladera, etc.).

Si surgiesen diferencias, deben apoyarse en el equipo de salud para resolverlas, sin entrar en conflicto con los otros padres.

La situación de estar internado con un hijo genera tensiones que pueden ser depositadas en otras personas que también están preocupadas y tensas.

Esto puede hacer que en algunos momentos la convivencia resulte complicada

Por eso, es importante recordar que cada familia tiene costumbres diferentes y está pasando por momentos difíciles. Pero lo más importante es recordar que todos quieren lo mejor para sus hijos. Por ese motivo, lo que más ayuda en esas circunstancias es generar acuerdos para una buena convivencia.

Si el niño escucha discusiones, eso le agregará otro motivo de tensión y lo que él necesita es tranquilidad para poner toda su energía en estar bien durante el tratamiento.



### Cuidados durante los procedimientos

Cuando se realiza un procedimiento (venopunturas, habilitación de catéter, pasaje de medicación, etc.), el equipo de salud interviniente deberán cumplir con las pautas de higiene establecidas por la institución. Si hubieran dudas acerca de alguna norma de higiene durante el procedimiento, es conveniente consultarlo con quien va a realizar el procedimiento, de manera respetuosa. Se deben compartir todas las dudas que surjan, ya que aclararlas ayuda a mantener la confianza en el Equipo. Los médicos seguramente darán indicaciones al niño y a su familia para asegurar la asepsia (ausencia de gérmenes que puedan provocar una infección) durante los procedimientos médicos.

Tanto el cuidado del catéter durante su habilitación como durante la administración de medicación, como los aspectos relacionados con los procedimientos (venopunturas, punciones, en otros) están descriptos en los libros

“Catéter” y “Pinchazos y punciones” ([www.fundacionflexer.org/libros-gratis-sobre-cancer-infantil.html](http://www.fundacionflexer.org/libros-gratis-sobre-cancer-infantil.html)).



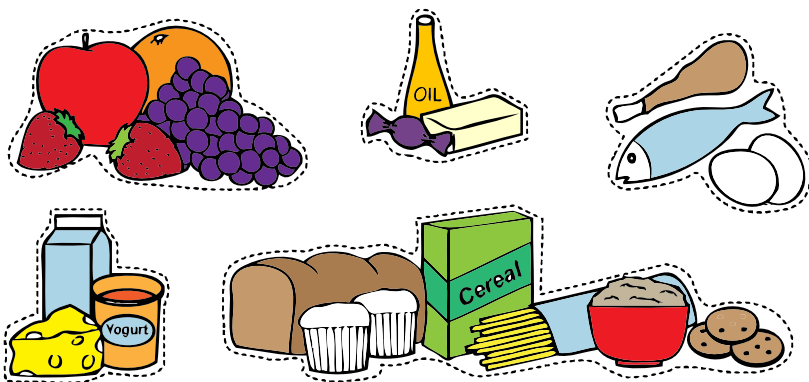
ME ESTÁN PONIENDO UNA VÍA  
PARA QUE PUEDAN  
PASARME VARIOS REMEDIOS  
SIN TENER QUE PINCHARME  
OTRA VEZ.

## Los alimentos

Como ya hemos señalado, tanto la quimioterapia como la radioterapia alteran el sistema inmunitario. Esto hace que se deban extremar las medidas de higiene para evitar que las comidas sean el vehículo de ingreso de gérmenes al organismo. Lamentablemente en muchas ocasiones la presencia de gérmenes en los alimentos no cambia el sabor ni el olor de los mismos. Por eso es muy importante tomar algunas precauciones a la hora de comprarlos. Un primer paso es fijarse la fecha de vencimiento y, en el caso de lácteos u otros alimentos que requieran refrigeración,

Cuidados especiales al comprar, almacenar y elaborar la comida.

elegir aquellos que tengan vencimiento más tardío. Los alimentos refrigerados deben estar fríos al tacto y los congelados bien duros. Es muy importante respetar la cadena de frío. Se recomienda adquirirlos al final de la compra y guardarlos en la heladera o freezer ni bien se llega al hogar. No mezclar en la heladera alimentos crudos y cocidos, separarlos en bolsas que deben ser descartadas después de su uso.



Siempre se debe descongelar los alimentos en la heladera, en el horno o en el microondas, no dejándolo a temperatura ambiente. Una vez que se descongela un alimento, no se puede volver a congelar, excepto que estuviera crudo, se lo cocine y se lo congele nuevamente ya cocido.

No comprar alimentos en lugares que dudosamente mantengan la cadena de frío, o de los que se dude que tengan control bromatológico, alimentos de marcas desconocidas, que se vendan sueltos, o envasados de elaboración casera en negocios de dudosa higiene o en la calle (vendedores ambulantes).

Al llegar a su casa, limpie los alimentos antes de ponerlos en la heladera. Ubique por separado los productos crudos de los cocidos.

Previo a iniciar la elaboración de cualquier comida se deben lavar las manos cuidadosamente. Se debe utilizar agua potable o hervida previamente durante cinco minutos después de que rompa el hervor.

Las mesadas y piletas deberán lavarse bien con detergente posteriormente se les pasará un trapo con lavandina. Las rejillas y trapos se dejarán en remojo en agua con lavandina y serán usadas exclusivamente en la cocina. No se deben apoyar alimentos cocidos donde previamente estuvieron alimentos crudos. Es conveniente tener dos tablas de picar una para alimentos crudos y otra para cocidos.

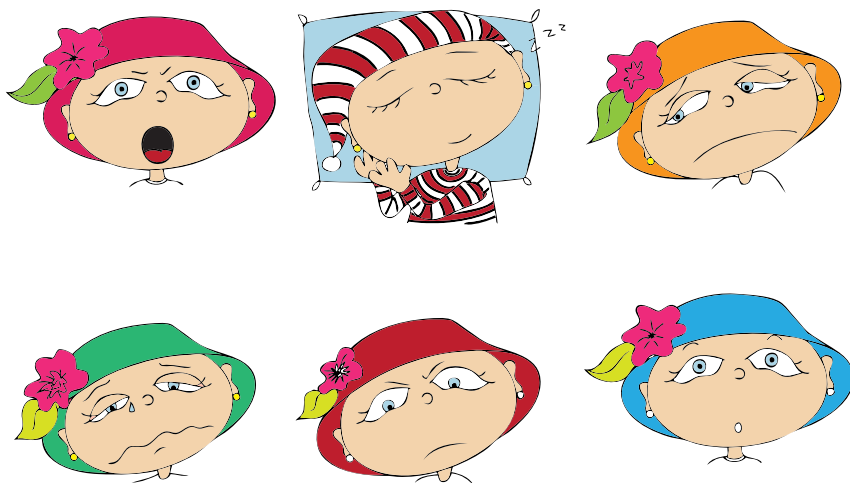
Las carnes, pollos, pescados, huevos, cuando están crudos, son los alimentos que tienen mayor cantidad de gérmenes, se deben comer bien cocidos y mientras estén crudos deben ser refrigerados con la precaución de que estén alejados de los otros alimentos que ya están listos para comer.

Esta información y más sobre qué tipo de alimentos debe consumir o no y cuidados durante la neutropenia, los hallará en el libro "Alimentación" en [www.fundacionflexer.org/pautas-para-una-mejor-alimentacion.html](http://www.fundacionflexer.org/pautas-para-una-mejor-alimentacion.html) Puede solicitarlo al 11 4825 5333.

## Aspectos emocionales

El cumplimiento de las normas de higiene anteriormente descritas, marca restricciones que refuerzan, en el niño y su familia, la sensación de enfermedad, poniéndolos en contacto con todo lo que no pueden hacer. Esto suele generar emociones como enojo, tristeza, miedos, decepción, angustia, ansiedad. Pero sin duda es importante que se puedan cumplir para el bienestar del niño.

El uso del barbijo genera rechazo en algunos niños, porque les incomoda o porque se sienten observados o discriminados. Es importante transmitirles seguridad y ayudarlos a que no le den importancia a la mirada de los otros. Explicarle en qué situaciones debe usarlo y por qué es tan importante que lo use. Lo ideal es que sea el médico o el enfermero quien se lo explique. De esta forma, se tratará de cumplir con las pautas que dan los expertos y eso ayudará a que el niño comprenda que es una indicación médica y no una idea de los padres.



Cuando se consulta al médico durante el período de neutropenia y existe la posibilidad de que deba quedar internado, es importante que se le explique al niño que es realmente necesario y que, en cuanto se mejore, regresarán a casa.

Habrà que explicarle también, la importancia de cumplir con las pautas que el doctor indique al regresar al hogar, al fin de evitar internaciones innecesarias. Sin embargo, debe quedarle claro que, aunque cumpla con todos los cuidados de Higiene, puede suceder que igualmente tenga alguna infección inevitable.

Es muy importante que los padres, y la familia en general, tengan siempre presente que el cumplimiento de estas normas, a veces rígidas, incómodas y no del todo agradables, permitirán evitar, o por lo menos disminuir, internaciones y complicaciones, que pueden poner en riesgo la vida del niño.

Se puede ayudar a sobrellevar el aislamiento, proponiendo juegos y actividades que lo mantengan entretenido (artesanías, cuentos, modelado con masa, pelotas blandas y livianas, dibujos, etc.).

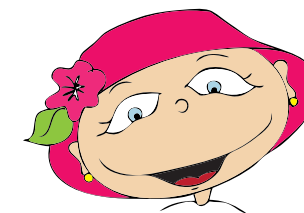
También se puede estimular el contacto con amigos a la distancia. Aunque no pueda encontrarse todavía físicamente con ellos, puede ayudárselo a sentirlos cerca y presentes. Las nuevas tecnologías, como los teléfonos, las computadoras, las tabletas, así como las cartas, los dibujos y los mensajes, pueden ayudarlo a sentirse acompañado durante estos períodos en que necesite cuidados más estrictos.

Será muy beneficioso solicitar a la escuela que mantenga en contacto al niño con sus compañeros, y con las actividades escolares.

Estas pautas, si bien son complicadas de sostener, representan los cuidados amorosos que se le deben brindar al niño.

Protegerlo de infecciones es una tarea difícil pero posible.

Confiamos que esta guía haya transmitido las herramientas necesarias para proveer el mejor cuidado.





## Otras Publicaciones de la Fundación:

---

- Frente al diagnóstico- Manual para padres de niños en tratamiento oncológico
- Días de hospital -libro para colorear
- Hablando de tu enfermedad - manual para adolescentes
- Cáncer infantil – diagnóstico y tratamiento
- Escolaridad del niño con enfermedad oncológica - guía para docentes
- Catéteres
- Leucemia
- Retinoblastoma – manual para padres -
- Pinchazos y Punciones – control de dolor por procedimientos
- Cuidar a un niño enfermo en casa -manual de cuidados paliativos para padres
- Recomendaciones sobre aspectos Psicosociales en Oncología Pediátrica de la SIOP

Nuestra Fundación edita y distribuye gratuitamente material bibliográfico en español a Hospitales y Fundaciones de toda la República Argentina. También los distribuye en organizaciones de países de Latinoamérica. Están destinados a Padres, Niños, Hermanos, Adolescentes, Maestros y familia extendida. Pueden ser obtenidos a través de nuestra página Web en la versión PDF, en el sector “Publicaciones” o solicitarlos por mail, completando el Formulario en el sector “Documentos”.

*Visítenos periódicamente*

[www.fundacionflexer.org](http://www.fundacionflexer.org)

Fundación Natalí Dafne Flexer – Argentina

Mansilla 3125 – Buenos Aires. Telefono (5411)-4825-5333

## Mis notas

---

