

WebMD®

FOCUS ON

EN ESPAÑOL

VIRUS RESPIRATORIO SINCITAL

BUENO SABERLO

Protege a tu recién nacido

pág. 9

LISTA DE PREPARACIÓN

Detalles que debes tener en cuenta antes del parto

pág. 10

SALUD CON SENSATEZ

Conoce los riesgos, los síntomas y cómo controlarlos

pág. 12

OTOÑO 2026



**COPIA GRATUITA
LLÉVATELA**



ESCANÉAME
Accede a este contenido en línea. Usa la cámara de tu teléfono móvil para activar el código QR.

DENTRO DE ESTA EDICIÓN

3

NOTICIAS

La información más actualizada sobre el VRS

4

NÚMEROS IMPORTANTES

Información y datos

9

BUENO SABERLO

Protege a tu recién nacido

10

LISTA DE PREPARACIÓN

Detalles que debes tener en cuenta antes del parto



09



14



¡QUEREMOS CONOCER TU OPINIÓN!
PARTICIPA EN NUESTRO SONDEO



ESCANÉAME

¡Tu opinión es importante!
Cuéntanos qué te parecen nuestras guías y cuadernos de ejercicios. Usa la cámara de tu teléfono móvil para activar el código QR.

12

SALUD CON SENSATEZ

Conoce los riesgos, los síntomas y cómo controlarlos

14

CUIDA TU BIENESTAR

El impacto emocional del VRS

WebMD Focus On En Español no es responsable por reclamos publicitarios. WebMD Focus On En Español (ISSN 1553-9946) es publicado por WebMD LLC y no puede ser reproducido total o parcialmente sin permiso por escrito de WebMD LLC. Todo el contenido editorial es revisado por nuestra junta de médicos certificados, es solo para fines informativos, y no pretende ser un sustituto del consejo, diagnóstico o tratamiento de un médico profesional. WebMD no respalda ningún producto, servicio o tratamiento específico. Siempre consulta con un profesional de la salud para cualquier pregunta relacionada con una condición médica y nunca ignores el consejo médico profesional ni tardes en buscarlo por algo que hayas leído en WebMD Focus On En Español. Si crees que tienes una emergencia médica, llama a tu médico o al 911 de inmediato. 2026 WebMD LLC. Todos los derechos reservados.

LO ÚLTIMO SOBRE EL VIRUS RESPIRATORIO SINCITAL (VRS)

PROTEGERSE ES LA CLAVE

Aunque el VRS es una de las principales causas de hospitalización en bebés durante el otoño y el invierno, saber cómo protegerse contra el VRS puede marcar la diferencia. Un estudio realizado en Estados Unidos con más de 3,000 bebés reveló que aquellos que recibieron un anticuerpo monoclonal a modo de protección tuvieron un 68% menos de probabilidades de necesitar atención médica, un 80% menos de ser hospitalizados y hasta un 85% menos de desarrollar una enfermedad grave que requiriera ingreso en la unidad de cuidados intensivos (UCI). Estos resultados respaldan los beneficios de protegerse contra el VRS y subrayan la importancia de garantizar que todos los bebés que reúnen los requisitos reciban la medida preventiva en el momento adecuado.

FUENTE: JAMA Network Open

97% Porcentaje de niños que contraen el VRS antes de cumplir dos años.

FUENTE: National Minority Quality Forum

ALREDEDOR DE
2.1 MILLONES

Número de visitas a centros de salud de niños menores de 5 años relacionadas con el VRS cada año en los Estados Unidos.

FUENTE: National Foundation for Infectious Diseases
(Fundación Nacional de Enfermedades Infecciosas)

INICIA LA CONVERSACIÓN

La incertidumbre respecto a los anticuerpos monoclonales contra el VRS sigue siendo común entre los padres primerizos. En un estudio realizado en Estados Unidos, que incluyó 28 entrevistas con 37 padres de recién nacidos, sólo alrededor de 4 de cada 10 planeaban optar por un anticuerpo monoclonal para ayudar a proteger a su bebé contra el VRS. Los investigadores descubrieron que el desconocimiento, la preocupación por los efectos secundarios y la información errónea a menudo generaban dudas en los padres. Aquellos que confiaban en sus pediatras y entendían los riesgos del VRS eran más propensos a aceptar esta protección. Hablar con el médico sobre el VRS durante el embarazo puede ayudar a las familias a tomar decisiones informadas y con mayor confianza.

FUENTE: Pediatrics

MÁS ALLÁ DE LA PRIMERA INFECCIÓN

¿Pueden los bebés hospitalizados por el VRS seguir corriendo el riesgo de contraer otras enfermedades respiratorias durante la misma temporada? Al realizar un seguimiento de más de 20,000 bebés hospitalizados por el VRS, se observó que el 15% desarrolló otra infección pulmonar antes de que terminara la temporada del virus. Muchos de ellos requirieron una nueva hospitalización o una visita a urgencias. Los bebés prematuros, los que tuvieron un bajo peso al nacer y aquellos con hermanos mayores en casa se encontraban entre los grupos de mayor riesgo. Los expertos consideran que estos hallazgos subrayan la importancia de mejorar el acceso a la protección temprana con anticuerpos contra el VRS para los bebés.

FUENTE: Children



Este contenido se creó utilizando diversas herramientas editoriales, incluyendo la inteligencia artificial, como parte del proceso. Los editores humanos lo revisaron antes de su publicación.

INFORMACIÓN Y DATOS

Revisado por la Dra. Brunilda Nazario, MD,
editora médica principal de asuntos médicos
de WebMD



Menos de 8 MESES

Edad recomendada para que los bebés reciban
un anticuerpo contra el virus respiratorio
sincital (VRS) si nacen durante la temporada
del VRS o justo antes de su comienzo.

74%

Porcentaje de padres en los Estados Unidos
que dijeron tener al menos un nivel moderado
de conocimiento sobre el VRS.

1 SEMANA

Plazo sugerido para que los bebés nacidos
durante la temporada del VRS reciban un
anticuerpo monoclonal, idealmente antes
de salir del hospital.



Cerca de 95%

Porcentaje de pediatras que afirmaron sentirse
confiados al hablar con padres y cuidadores y
recomendar la protección de un anticuerpo
contra el VRS.



Cerca de 96%

Porcentaje de pediatras que coincidieron
en que el anticuerpo monoclonal
es eficaz contra la enfermedad grave
por VRS en los recién nacidos.



52%

Disminución en las tasas de
hospitalización relacionadas con
el VRS entre bebés de 0 a 2 meses
durante la temporada 2024-2025
tras el uso de productos que
ayudan a proteger contra el VRS,
como un anticuerpo monoclonal.

44%

Porcentaje de padres o
cuidadores que expresaron
preocupación por la
seguridad del anticuerpo
monoclonal contra el VRS,
según una encuesta.



FUENTES: Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC, por sus siglas en inglés), National Minority Quality Forum

Este contenido se creó utilizando diversas herramientas editoriales, incluyendo la inteligencia artificial, como parte del proceso. Los editores humanos revisaron este contenido antes de su publicación.



 **Beyfortus**[®] | 50 mg
(nirsevimab-alip) | 100 mg
Inyección

El VRS es impredecible

¿Tienes un plan para ayudar a proteger a tu bebé?

El VRS (virus respiratorio sincitial) por lo general causa síntomas similares a los de un resfriado, pero puede convertirse en una infección pulmonar grave, como bronquiolitis y neumonía, en cualquier bebé.



No se puede predecir a qué bebés les puede pasar esto, ni siquiera teniendo en cuenta la experiencia de sus hermanos.



Una temporada típica del VRS dura 5 meses. Suele durar desde el otoño hasta la primavera y alcanza su punto máximo en invierno.

INDICACIÓN

Beyfortus es un medicamento recetado que se usa para ayudar a prevenir una enfermedad pulmonar grave causada por el virus respiratorio sincitial (VRS) en:

- Recién nacidos y bebés menores de 1 año de edad nacidos durante o a inicios de su primera temporada del VRS.
- Niños de hasta 24 meses que siguen teniendo riesgo de sufrir una enfermedad grave por el VRS durante su segunda temporada del VRS.

INFORMACIÓN DE SEGURIDAD IMPORTANTE

Tu hijo/a no debe recibir Beyfortus si tiene un historial de reacciones alérgicas graves a nirsevimab-alip o a cualquiera de los ingredientes de Beyfortus.

Por favor, consulta la Información de seguridad importante y el Resumen breve de la Información del paciente en las páginas siguientes.

Beyfortus[®] | 50 mg
(nirsevimab-alip) | 100 mg
Inyección

Beyfortus: una capa de protección para tu bebé durante esta temporada del VRS



Comienza a planificar hoy

**Más de 11 millones
de bebés ya han
sido inmunizados
con Beyfortus.**

**Mientras que estás aquí,
pregúntale al médico de
tu bebé sobre Beyfortus
y cómo puede recibirlo.**



**No existe una forma 100 % segura de evitar
que tu bebé se exponga al VRS.**

**Tu bebé puede recibir una capa adicional de
protección contra la infección pulmonar grave
por el VRS con Beyfortus.**

Beyfortus es un anticuerpo preventivo, no una vacuna. Los anticuerpos preventivos se administran directamente al bebé para combatir el virus del VRS. Beyfortus ayuda a ofrecer protección ya lista contra una infección pulmonar grave por el VRS. Los anticuerpos comenzarán a actuar como un guardaespaldas, luchando contra el VRS para proteger a tu bebé, que es precisamente lo que necesita su sistema inmunitario a esta edad.

INFORMACIÓN DE SEGURIDAD IMPORTANTE

Antes de que tu hijo/a reciba Beyfortus, infórmale a su proveedor de atención médica sobre todas las afecciones médicas de tu hijo/a, incluso si ha presentado lo siguiente:

- si alguna vez ha tenido una reacción a Beyfortus.
- si tiene problemas de hemorragia o hematomas. Si tu hijo/a tiene un problema de hemorragia o sufre hematomas fácilmente, la inyección puede provocar problemas.

**Por favor, consulta la Información de seguridad importante y el Resumen breve
de la Información del paciente en las páginas siguientes.**

INFORMACIÓN DE SEGURIDAD IMPORTANTE

Infórmale a su proveedor de atención médica sobre todos los medicamentos que toma tu hijo / a, incluidos los medicamentos de venta libre y de venta con receta, las vitaminas y los suplementos a base de hierbas. Tu hijo / a lactante no debe recibir el medicamento llamado palivizumab si ya recibió Beyfortus en la misma temporada del VRS.

Se han producido reacciones alérgicas graves con Beyfortus. Busca ayuda médica de inmediato si tu hijo/a tiene cualquiera de los siguientes signos o síntomas de reacción alérgica grave:

- hinchazón de la cara, la boca o la lengua
- dificultades para tragar o respirar
- sin capacidad de respuesta
- piel, labios o parte interior de las uñas de color azul
- debilidad muscular
- erupciones cutáneas, urticaria o prurito graves

Los efectos secundarios más comunes de Beyfortus son erupciones cutáneas y dolor, hinchazón o endurecimiento del punto de inyección de tu hijo/a. Estos no son todos los posibles efectos secundarios de Beyfortus. Llama a tu proveedor de atención médica si tienes preguntas sobre los efectos secundarios.

**Por favor, consulta el Resumen breve de la Información del paciente
en la página siguiente.**

sanofi

© 2026 Sanofi. Todos los derechos reservados.
MAT-US-2608454-v1.0-08/2026

Solamente Rx BEYFORTUS® (Bei-for-tus) (nirsevimab-alip), inyección para uso intramuscular Resumen de información sobre BEYFORTUS	¿Cuáles son los posibles efectos secundarios de BEYFORTUS? - Se han producido reacciones alérgicas graves con Beyfortus. Busca ayuda médica de inmediato si tu hijo/a tiene cualquiera de los siguientes signos o síntomas de reacción alérgica grave. - hinchazón de la cara, la boca o la lengua - dificultades para tragar o respirar - sin capacidad de respuesta - piel, labios o parte interior de las uñas de color azul - debilidad muscular - erupciones cutáneas, urticaria o prurito graves Los efectos secundarios más comunes de Beyfortus son erupciones cutáneas y dolor, hinchazón o endurecimiento del punto de inyección de tu hijo/a. Estos no son todos los posibles efectos secundarios de BEYFORTUS. Llama a tu médico para obtener asesoramiento médico sobre los efectos secundarios. Puedes informar sobre los efectos secundarios a la FDA al 1-800-FDA-1088.
¿Qué es BEYFORTUS? BEYFORTUS es un medicamento recetado que se usa para ayudar a prevenir una enfermedad pulmonar grave causada por el virus respiratorio sincitial (VRS) en: - Recién nacidos y bebés menores de 1 año de edad nacidos durante o a inicios de su primera temporada del VRS. - Niños de hasta 24 meses que siguen teniendo riesgo de sufrir una enfermedad grave por el VRS durante su segunda temporada del VRS. BEYFORTUS es un anticuerpo que contiene nirsevimab-alip, el cual se usa para ayudar a prevenir enfermedades por el VRS durante 5 meses. Se desconoce si BEYFORTUS es seguro y eficaz en niños mayores de 24 meses de edad.	Información general sobre el uso seguro y eficaz de BEYFORTUS. A veces, los medicamentos se prescriben para fines distintos a los enumerados en el folleto de Información del paciente. Puedes pedirle información a tu farmacéutico o proveedor de atención médica sobre BEYFORTUS dirigida a profesionales de la salud.
Tu hijo/a no debe recibir BEYFORTUS si tiene un historial de reacciones alérgicas graves a nirsevimab-alip o a cualquiera de los ingredientes de BEYFORTUS. Consulta el final de este Resumen de información para ver una lista completa de los ingredientes de BEYFORTUS.	¿Cuáles son los ingredientes de BEYFORTUS? Ingrediente activo: nirsevimab-alip Ingredientes inactivos: clorhidrato de arginina, histidina, L-histidina clorhidrato monohidrato, polisorbato 80, sacarosa y agua para inyección.
Antes de que tu hijo/a reciba Beyfortus, infórmale a su proveedor de atención médica sobre todas las afecciones médicas de tu hijo/a, incluso si ha presentado lo siguiente: - si alguna vez ha tenido una reacción a Beyfortus. - si tiene problemas de hemorragia o hematomas. Si tu hijo/a tiene un problema de hemorragia o sufre hematomas fácilmente, la inyección puede provocar problemas. Infórmale a su proveedor de atención médica sobre todos los medicamentos que toma tu hijo/a, incluidos los medicamentos de venta libre y de venta con receta, las vitaminas y los suplementos a base de hierbas. Tu hijo/a lactante no debe recibir el medicamento llamado palivizumab si ya recibió Beyfortus en la misma temporada del VRS.	La información sobre riesgos proporcionada aquí no es exhaustiva. Habla con tu proveedor de atención médica para conocer más sobre BEYFORTUS. Para el etiquetado de productos aprobado por la FDA o para obtener más información visita www.beyfortus.com/es o llama al 1-855-239-3678 (1-855-BEYFORTUS).
¿Cómo se administra BEYFORTUS? - BEYFORTUS se administra mediante una inyección, normalmente en el músculo del muslo (pierna), por el proveedor de atención médica de tu hijo/a. Tu hijo/a debe recibir BEYFORTUS antes o durante la temporada del VRS. La temporada del VRS es la época del año en la que las infecciones por el VRS son más comunes y generalmente ocurren entre el otoño y la primavera. Tu proveedor de atención médica puede decirte cuándo comienza la temporada del VRS en tu área. Es posible que tu hijo/a aún contraiga la enfermedad por el VRS después de recibir BEYFORTUS. Consulta con tu proveedor de atención médica para saber a qué síntomas debes prestar atención. - Si tu hijo/a es sometido/a a una cirugía cardíaca, es posible que su proveedor de atención médica necesite darle una inyección adicional de BEYFORTUS poco después de la cirugía.	Fabricado por: Sanofi Vaccines US Inc., Swiftwater, PA 18370, EE. UU. Licencia de EE. UU. núm. 1725 En: AstraZeneca Pharmaceuticals LP, Frederick, MD 21703, EE. UU. BEYFORTUS es una marca comercial del grupo de empresas Sanofi. ©Sanofi 2026 MAT-US-2405889-v2.0-05/2026

LO QUE LAS NUEVAS MAMÁS DEBEN SABER

En el caso de los bebés, el VRS no es simplemente un resfriado común.

Escrito por Sonya Collins

Revisado por la Dra. Brunilda Nazario, MD,
editora médica principal de asuntos médicos de WebMD

Si eres una madre primeriza o estás esperando un bebé durante esta temporada del VRS, o virus respiratorio sincital, es momento de informarte sobre este virus potencialmente grave y cómo puede afectar a los bebés.

El VRS, es un virus sumamente contagioso y muy común que afecta la nariz, la garganta y los pulmones. En los niños mayores y en los

adultos, por lo general no es más grave que un resfriado común. Sin embargo, en los bebés, el VRS puede ser mucho más grave.

“Cuanto más pequeño sea el niño cuando contrae el VRS, más grave será la enfermedad”, afirma el Dr. Patrick Mularoni, médico de urgencias pediátricas del Johns Hopkins All Children’s Hospital en St. Petersburg, Florida.

CÓMO AFECTA EL VRS A LOS PULMONES DEL BEBÉ

El VRS puede entrar en las vías respiratorias más pequeñas de los pulmones.

“Las vías respiratorias de los bebés son estrechas de por sí”, dice el Dr. Mularoni. “Si a eso se le suma la inflamación, se reducen muchísimo”. Incluso una ligera inflamación puede dificultar el paso del aire a través de ellas.

Esto puede provocar sibilancias, dificultad para respirar, falta de apetito, deshidratación y niveles bajos de oxígeno. Algunos bebés necesitan asistencia respiratoria. Otros desarrollan bronquiolitis o neumonía, que pueden ser graves. Por estas razones, el VRS es una de las principales causas de hospitalización infantil en los Estados Unidos.

LA PROPAGACIÓN DEL VRS

El VRS se transmite a través de gotitas que son expulsadas al toser o estornudar, por contacto cercano y mediante superficies contaminadas. Dado que es posible contraerlo más de una vez, los hermanos, familiares y quienes visiten la casa podrían transmitirlo, sin saberlo, a un recién nacido.

La mayoría de los niños pequeños lo contraen antes de cumplir los 2 años. “No es cuestión de si tu hijo contraerá el VRS, sino de cuándo se contagiará”, afirma el Dr. Mularoni.

Aun así, lo mejor es retrasar esa primera infección tanto como sea posible.

Durante la temporada del VRS, lávate las manos con frecuencia, mantén a las personas enfermas alejadas de tu bebé, limpia las superficies que se tocan a menudo y evita la exposición al humo, ya que esto hace que los bebés sean más vulnerables al VRS. Dependiendo de cuándo haya nacido tu bebé, es posible que pueda recibir un anticuerpo protector. Consulta con el médico.



MI PLAN DE PARTO

Detalles que debes tener en cuenta antes del parto

Revisado por la Dra. Neha Pathak, editora médica principal de WebMD

Aunque no puedes controlar todos los aspectos del nacimiento de tu bebé, puedes hablar con tu equipo de atención médica en las semanas previas al parto para prepararte ante lo que pueda suceder. Utiliza esta lista de verificación para reflexionar sobre tus preferencias.

TU EQUIPO DE APOYO

¿A quién quieres que esté presente en la sala?

- ☐ Pareja/cónyuge
- ☐ Familiar
- ☐ Amigo/a
- ☐ Doula
- ☐ Otro: _____

Pregúntale a tu médico:

¿Cuántas personas de apoyo pueden acompañarme en la sala de parto?

¿Qué directrices existen para los miembros de mi equipo de apoyo?

ATENCIÓN PRENATAL

¿Cuáles son las mejores formas de proteger a mi bebé de enfermedades infecciosas, incluyendo:

- ☐ Influenza
- ☐ COVID-19
- ☐ Virus respiratorio sincital (VRS)
- ☐ Tos ferina
- ☐ Otro: _____

EL ENTORNO DURANTE EL PARTO

Quisiera:

- ☐ Calma, silencio
- ☐ Palabras con energía que tengan como objetivo dar ánimo
- ☐ Iluminación tenue
- ☐ Música
- ☐ Limitar las interrupciones

Pregúntale a tu médico:

¿Puedo limitar el número de personas (por ejemplo, el personal del hospital) en mi sala de parto?

LA COMODIDAD DURANTE EL TRABAJO DE PARTO

Me gustaría probar:

- ☐ Caminar
- ☐ Cambiar de posición
- ☐ La pelota de parto
- ☐ Ducharme o darme un baño (si es una opción)
- ☐ Sin preferencia

Pregúntale a tu médico:

¿Qué tipo de monitoreo se requiere durante el trabajo de parto?

¿Se me permitirá comer o beber?

¿Qué posiciones puedo intentar durante el trabajo de parto?

MANEJO MÉDICO DEL DOLOR

- ☐ Prefiero un parto sin medicación
- ☐ Analgésicos por vía intravenosa
- ☐ Epidural
- ☐ Estoy abierta a hablar sobre las opciones a medida que avance el parto

Pregúntale a tu médico:

¿Qué opciones de alivio del dolor ofrecen durante el trabajo de parto?

¿Hasta cuándo puedo pedir la epidural?

PREFERENCIAS DURANTE EL PARTO

Prefiero:

- ☐ Evitar el parto asistido con fórceps o con ventosa (vacuum extraction), si es posible
- ☐ Retrasar el pinzamiento del cordón umbilical
- ☐ Conservar o donar la sangre del cordón umbilical
- ☐ Tener contacto piel con piel inmediato con mi bebé
- ☐ Que la persona que me acompaña durante el parto corte el cordón umbilical

- ☐ Instrucciones especiales para la placenta
- ☐ Otro: _____

Pregúntale a tu médico:

¿Qué tipo de intervenciones utiliza con frecuencia durante los partos?

¿Cómo me comunicarás si es necesario realizar cambios inesperados?

EN CASO DE CESÁREA

Prefiero:

- ☐ Que haya una persona de apoyo presente, si es posible
- ☐ Contacto piel con piel inmediato, si es posible
- ☐ Amamantar lo antes posible

Pregúntale a tu médico:

¿Qué debo esperar antes, durante y después de una cesárea?

¿Se le permitirá a mi acompañante de parto estar en la sala conmigo?

CUÍDATE DURANTE EL EMBARAZO

Tengo planes de:

- ☐ Alimentarme bien
- ☐ Mantenerme activa
- ☐ Realizarme análisis de sangre y ecografías periódicas
- ☐ Consultar con mi médico sobre las vacunas recomendadas durante el embarazo —Tdap, gripe estacional y COVID (para protegerme a mí y a mi bebé)— y si reúno los requisitos para recibir la vacuna contra el VRS, una dosis única que se administra en la etapa avanzada del embarazo para ayudar a proteger a mi bebé durante sus primeros seis meses de vida

Pregúntale a tu médico:

¿Cuándo se deben colocar las vacunas durante el embarazo?

¿Hay vacunas que deba evitar durante el embarazo?

CUIDA A TU RECIÉN NACIDO

Mis preferencias:

- ☐ El bebé permanece en la habitación conmigo (alojamiento conjunto)
- ☐ El bebé recibe cuidados en la sala de recién nacidos (si está disponible)
- ☐ Posponer el primer baño
- ☐ No usar chupete
- ☐ Vacunas, como la de la hepatitis B
- ☐ Vitamina K

- ☐ Inyección de anticuerpos contra el VRS (generalmente se administra si no recibí la vacuna contra el VRS durante el embarazo o si mi bebé entra en la temporada del VRS sin protección)

- ☐ Pomada de eritromicina para los ojos

Pregúntale a tu médico:

¿Qué procedimientos y pruebas de detección se realizan a los recién nacidos después del nacimiento?

¿Qué sucederá si una prueba de detección arroja resultados preocupantes?

LA ALIMENTACIÓN DE MI BEBÉ

Me gustaría intentar alimentar al bebé:

- ☐ Exclusivamente mediante la lactancia materna
- ☐ Con suplementación con fórmula
- ☐ Con una combinación de lactancia materna y fórmula

Pregúntale a tu médico:

¿Quién puede brindar ayuda con la lactancia materna en el hospital y en casa?

¿Con qué frecuencia debo amamantar a mi bebé?

RECUPERACIÓN FÍSICA Y MENTAL POSPARTO

Pregúntale a tu médico:

¿Qué debo esperar físicamente después del parto?

¿Cuáles son los síntomas preocupantes que se deben vigilar después del parto?

¿A dónde puedo acudir para recibir apoyo de salud mental después del parto?

MIS PRIORIDADES PRINCIPALES

¿Qué es lo más importante para mí durante la experiencia del parto?

PREGUNTAS ADICIONALES PARA MI MÉDICO

INFORMACIÓN DE CONTACTO IMPORTANTE

Consultorio médico: _____

Número para después del horario de atención: _____

Hospital: _____

Pediatra: _____

Contacto de emergencia: _____

Fuentes: Texas Children's: "How to Create a Birth Plan for Labor and Delivery"; HealthyChildren.org: "RSV Immunizations: Two Ways to Protect Babies"; UF Health: "What to Include in Your Birth Plan"; ACOG: "8 Common Questions About Newborn Screening Tests"

EL VRS: LO QUE DEBES SABER

Aprende sobre los riesgos, los síntomas y cómo controlarlos

Escrito por Rachel Reiff Ellis Revisado por la Dra. Brunilda Nazario, MD, editora médica principal de asuntos médicos de WebMD

Recién nacidos y bebés de alto riesgo

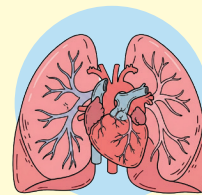
Es más probable que el virus respiratorio sincitial (VRS) cause una enfermedad grave en aquellos niños que:



son pequeños (cuanto menos tiempo haya pasado desde el nacimiento del niño, mayor será el riesgo)



son nativos americanos o nativos de Alaska



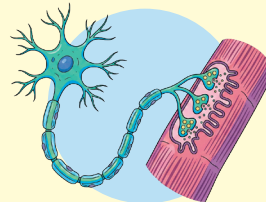
tienen una enfermedad pulmonar crónica o una cardiopatía congénita



están inmunocomprometidos



fueron bebés prematuros



tienen un diagnóstico de trastorno neuromuscular o fibrosis quística

Síntomas del VRS

A diferencia de los adultos, los bebés con VRS siempre presentan síntomas. En los bebés menores de 12 meses, los síntomas iniciales del VRS pueden ser sutiles, pero más adelante pueden manifestarse como:

- irritabilidad
- menor actividad física y disminución en el consumo de alimentos y líquidos
- secreción nasal y tos que luego puede incluir sibilancias o dificultad para respirar
- pausas de más de 10 segundos en la respiración (apnea)

Cómo cuidar a un recién nacido o bebé con VRS

El VRS no tiene un tratamiento específico. El objetivo del manejo del VRS es tratar los síntomas para mantener a tu hijo lo más cómodo posible.

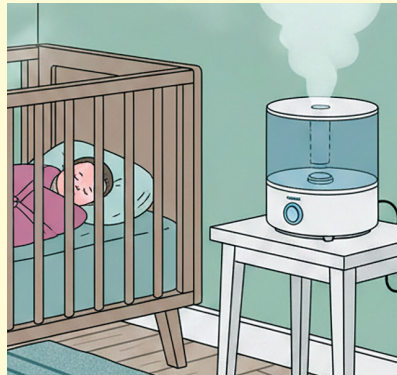


Mantén a tu bebé hidratado

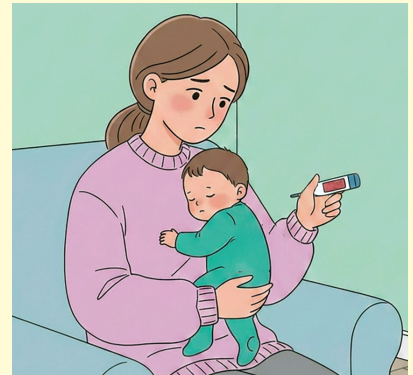
- Ofrécele líquidos con frecuencia: leche materna, fórmula y agua.
- Mantén a tu bebé en posición erguida y aspira suavemente las secreciones de la nariz con una perilla de succión para ayudarle a respirar mejor mientras toma el biberón o el pecho.
- Mantente pendiente a las señales de deshidratación: boca seca, poca o ninguna producción de orina, ojos hundidos e irritabilidad.



Aplica solución salina en la nariz de tu hijo para que la mucosidad se vuelva más líquida y facilitar su expulsión.



Enciende un humidificador de vapor frío en la habitación donde duerme tu bebé para mantener el aire húmedo y aliviar la tos y la congestión.



Si tu bebé tiene fiebre, los medicamentos como el paracetamol para bebés (Tylenol) pueden ayudar a bajarla y aliviar cualquier dolor que pueda sentir.

FUENTES: Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC, por sus siglas en inglés): "RSV in Infants and Young Children"; Dartmouth Health Children's: "Caring for Children Sick at Home with RSV"; Mayo Clinic: "Respiratory Syncytial Virus (RSV)"; Texas Health: "Breastfeeding When Your Baby Is Sick"

EL IMPACTO EMOCIONAL DEL VRS

Cómo la enfermedad de tu hijo puede afectar tu vida

Escrito por Rachel Reiff Ellis

Revisado por la Dra. Brunilda Nazario, MD,
editora médica principal de asuntos médicos de WebMD

El virus respiratorio sincitial (VRS) puede impactar mucho más que las vías respiratorias de tu hijo. Puede afectar las horas y calidad de sueño en el hogar, las horas laborales de los padres, las rutinas familiares, las finanzas y el bienestar mental de todos. Esto puede ser una carga emocional para toda la familia. Entérate a qué debes estar pendiente y cómo afrontar estos retos.

LOS EFECTOS MÁS AMPLIOS DEL VRS

El VRS no solo afecta al niño que lo padece, afirma la Dra. Heather Gosnell, pediatra y fundadora de Eat Plants MD Coach en Phoenix, Arizona.

“Es una crisis que afecta a toda la familia”, dice la Dra. Gosnell. “No se trata de un catarro típico que se cura en unos días. Puede ser grave y prolongado, y todo lo demás debe esperar. Es agotador de principio a fin”.

Es común tener dificultades para gestionar las visitas al hospital, el cuidado de los hermanos y el estrés financiero al mismo tiempo. La Dra. Gosnell señala que faltar al trabajo puede generar preocupación por la estabilidad laboral e incluso requerir la tramitación de la documentación de la Ley de Ausencia Familiar y Médica (FMLA, por sus siglas en inglés) para proteger el empleo durante las largas hospitalizaciones o los periodos de recuperación del niño.

La Dra. Shannon Fox-Levine, pediatra de Bluebird Kids Health en Florida, afirma que el VRS puede afectar a toda la familia tanto emocional como físicamente.

“El VRS puede provocar síntomas en todos los miembros de la familia, y resulta difícil cuidar a los niños pequeños cuando los propios padres están enfermos”, afirma.

CUANDO EL VRS REQUIERE HOSPITALIZACIÓN

Aunque muchos niños pueden recuperarse del VRS en casa, algunos desarrollan

problemas respiratorios lo suficientemente graves como para requerir atención de emergencia o soporte con oxígeno.

“El momento más aterrador para la mayoría de los padres es cuando el VRS se agrava tanto que requiere una visita a urgencias u hospitalización”, afirma la Dra. Gosnell. “Lo que lo hace especialmente difícil es que no existen medicamentos para tratar el VRS en sí. Todo lo que hacemos es usar medidas de apoyo, por lo que, en esencia, los padres se limitan a observar y esperar mientras su bebé lucha por respirar”.

Los signos de dificultad respiratoria en los niños pueden incluir respiración acelerada, sibilancias, gemidos, re-





tracciones torácicas, labios que cambian a un color azulado o pausas en la respiración. Estos síntomas pueden asustar a cualquier padre, incluso aquellos que tienen experiencia.

“Ver que tu hijo está recibiendo oxígeno, líquidos por vía intravenosa u otro tipo de apoyo respiratorio también puede ser una experiencia profundamente abrumadora”, afirma la Dra. Fox-Levine.

CONSTRUIR MECANISMOS DE APOYO

La Dra. Gosnell dice que lo más importante que le dice a los padres es que trabajen en equipo y traten de no cargar con el peso ellos solos.

“Busca apoyo en la familia exten-

dida y en los amigos siempre que puedas”, aconseja. Y, si tu hijo está hospitalizado, recomienda recurrir al equipo de atención ampliado que lo atiende. Los trabajadores sociales del hospital pueden ayudar a gestionar recursos adicionales y servicios de apoyo que muchos padres ni siquiera conocen.

El estrés, no dormir bien y cuidar al niño enfermo durante días pueden afectar la salud mental. Si tienes alguna dificultad, no dudes en hablar con el médico de tu hijo.

“Es normal sentir estrés al cuidar a niños enfermos”, afirma la Dra. Fox-Levine. “Cuando los profesionales de la salud ofrecen tranquilidad y seguridad, refuerzan la confianza en tu propia capacidad para tratar la enfermedad y para reconocer los signos y síntomas que requieren atención médica adicional”.

PIDE AYUDA

La Dra. Heather Gosnell sugiere formas en que otras personas pueden aliviar tu carga mientras cuidas a tu bebé con VRS:

- + Pide comidas o tarjetas de regalo para servicios de entrega de alimentos.
- + Acepta cuando alguien ofrece su ayuda para cuidar a los hermanos que no presenten síntomas.
- + Infórmate sobre las opciones de licencia familiar en tu trabajo.

looking to
STAY WELL
every day



Fuel Your Body with Good for You Ingredients



ECHINACEA

Beautiful flower traditionally thought to help your body's defenses

LEMONGRASS

Tasty herb commonly thought to be a supportive hand to your overall health



ROSE HIPS

Tart and tasty herb commonly used to help support your well-being

ELDERFLOWERS

Light colored flower traditionally considered to help support a healthy lifestyle



BIGELOW®
BENEFITS

Redefining Wellness
EVERY DAY