



RECOMENDACIONES DE LA ASOCIACION ESPAÑOLA DE PEDIATRIA (AEP) PARA LA SALIDA INICIAL DE LOS NIÑOS DURANTE EL CONFINAMIENTO POR LA EPIDEMIA POR COVID-19

Madrid 25 de abril 2020

Desde el pasado 14 de marzo 2020, cuando el Gobierno decretó el Estado de emergencia, todas las personas en el país están confinadas en sus domicilios. Los adultos pueden únicamente salir sólo por alguna de las situaciones autorizadas: trabajo -si es considerado esencial-, o comprar comida o medicinas. Estas recomendaciones no consideraron a la población pediátrica que continúa confinada en sus casas hasta hoy 25 de abril. Después de 6 semanas de confinamiento, y tras la presión ejercida por distintas instituciones y asociaciones, entre las que la AEP se ha situado como líder en este reclamo, y reconociendo que los niños deben ser prioritarios a la hora de salir de forma controlada, por ser una población especialmente sensible a un confinamiento prolongado, el gobierno anuncia que a partir del día 26 de abril, los niños podrán empezar a salir. La AEP considera que la actividad física y el juego en espacios abiertos son necesidades básicas de la infancia y, por lo tanto, poder realizarlos es un derecho que tienen los niños y adolescentes y que debe ser propiciado en la medida en que no suponga un peligro de contagio para ellos, para sus familiares o para otra población.

Los resultados demuestran la efectividad de las medidas de confinamiento contempladas en el estado de alarma decretado. No estamos aún en fase de desescalada, sino que se mantiene el confinamiento, aunque se contempla adoptar algunas medidas de alivio en base a la evolución de la pandemia. Es fundamental por lo tanto entender que las normas aplicables en las últimas semanas para la población adulta siguen vigentes, y que las circunstancias para salir a la calle siguen siendo las inicialmente descritas. Los niños menores de 14 años deberán seguir escrupulosamente las normas de salida: salir sólo durante un tiempo limitado y siempre acompañados por adultos. Estas recomendaciones no deben ser interpretadas como un salvoconducto para que niños o adultos acompañantes salgan a la calle libremente. El objetivo común sigue siendo reducir la transmisión del virus, y para eso, es fundamental minimizar el riesgo de contacto en la salida.

Los niños se infectan y transmiten el virus, pero enferman de forma más leve

Según los datos disponibles hasta la fecha, los niños con COVID-19 tienen mejor pronóstico que los adultos, siendo muy infrecuentes los casos graves reportados. Los casos leves se recuperan en 1-2 semanas después del inicio de la enfermedad. La mayoría de casos graves pediátricos tenían patología de base.

A pesar de una menor y más leve expresión clínica, la infancia es población susceptible de infectarse por el virus SARS-CoV-2, aunque todavía desconocemos la carga total de infección entre este grupo de edad, siendo posible que una parte importante de las infecciones pueda ocurrir de forma asintomática. Tampoco conocemos con detalle si los niños, al igual que ocurre con otras infecciones virales, son eficientes transmisores y durante cuánto tiempo se mantienen infecciosos.

La mayoría de los casos confirmados en edad pediátrica han sido secundarios a exposición de contactos familiares. Sin embargo, existe evidencia sólida que confirma que los niños son capaces de transmitir la infección a otras personas y se ha documentado que la eliminación del virus en las secreciones respiratorias y en las heces puede ser más prolongada en los niños, incluso con síntomas leves, que en los adultos. Por lo



tanto, los niños deben de participar en las acciones preventivas habituales para la contención y expansión de la infección.

Recomendaciones de la AEP para el desconfinamiento inicial de la población pediátrica

Sin cuestionar las medidas de confinamiento que se han venido adoptando para combatir la expansión de la pandemia, creemos importante que los niños sean considerados un grupo prioritario cuando se inicie la flexibilización de las medidas vigentes y que puedan salir a la calle de forma organizada, especialmente tras seis semanas de confinamiento estricto. Por ello ofrecemos reflexiones y consideraciones basadas en los conocimientos profesionales de expertos en pediatría y en salud pública.

Se reconoce que la situación actual dista mucho de ser la mejor para los niños y adolescentes. La dificultad para permitir que salgan a la calle radica en cómo regular estas salidas, manteniendo a la vez el objetivo de evitar el contacto físico y cumpliendo las recomendaciones de higiene y distancia física con otros niños o viandantes, que es la prioridad de salud pública. Es decir, hacerlo sin poner en riesgo a los propios niños y a sus familias.

Estas salidas deberán producirse de forma limitada y ordenada a las calles, u otros lugares concretos al aire libre, cercanas al domicilio y bajo la vigilancia de un adulto responsable. Los niños con infecciones respiratorias activas -posiblemente "infecciosos"-, los niños que tengan cualquier otro problema de salud agudo, así como los que padecen afecciones crónicas (que deberán acordarlo previamente con su especialista) -que son los únicos niños vulnerables potencialmente a enfermarse gravemente- deberán de momento permanecer en casa. Será responsabilidad de sus pediatras determinar las condiciones específicas de su desconfinamiento.

Consideramos que las medidas de desconfinamiento, además de cumplir con las indicaciones establecidas por este comité asesor de la AEP, deben ir acompañadas de una evaluación individualizada que se adapte a las circunstancias de cada familia, especialmente los hijos de familias en situación de riesgo o desventaja social. Las dudas que las familias tengan al respecto serán atendidas por los pediatras de centros de salud junto con los servicios sociales locales, si el caso lo requiere, para solicitar los recursos de apoyo necesarios para poder ejercer las medidas de desconfinamiento.

Los mayores de 14 años serán considerados, desde el punto de vista de la salida a la calle como adultos. Esto quiere decir que podrán salir a hacer recados, acompañando a sus familiares adultos, pero deberán seguir de forma estricta las normas ya vigentes para los adultos. Si salen solos, sin acompañante adulto, deberán llevar una autorización, y solo podrán salir para efectuar alguna de las acciones permitidas a los adultos. Los mayores de 14 años que salgan solos no podrán reunirse con nadie en la calle y deberán mantener siempre la distancia de 2 metros de separación con cualquier otra persona.

Finalmente, es importante repetir que las medidas de contención de la transmisión del virus intentan sobre todo proteger a los vulnerables, enfermos crónicos y ancianos. Será por tanto fundamental evitar todo contacto de los niños con esta población. Desde el punto de vista de salud pública, en aquellas circunstancias donde convivan niños con ancianos en la misma casa, será importante recordar que una vez los niños salgan de casa, de nuevo quedarán expuestos a la infección, pudiéndose infectar y ser potencialmente contagiosos. Así, deberán extremarse las medidas de precaución en estos casos, y vigilar la posible transmisión intradomiciliaria subsiguiente. En caso de dudas, será preferible mantener el confinamiento estricto de los niños.

NORMAS Y CONSEJOS PARA LAS MEDIDAS DE DESESCALAMIENTO

- Las salidas son voluntarias. No se deberá presionar a aquellos niños que no deseen salir a la calle, aunque es importante comunicarles de forma transparente y asequible, los beneficios de las salidas y, sobre todo, que el riesgo de enfermar es limitado si se siguen adecuadamente las recomendaciones
- Los hogares deben tener en cuenta casos especiales: personas de riesgo por edad en el hogar o con afecciones crónicas y personas con discapacidad.
- Es responsabilidad de los adultos acompañantes el cumplimiento de las condiciones y normas para las salidas.
- Introducir la medida planificada de forma paulatina. Previamente a la salida hay que organizarlo en casa para preparar lo que se va a hacer, responder a las preguntas o las dudas que puedan surgir y establecer las normas básicas a seguir, evitando crear falsas expectativas en niños y adolescentes.
- Acordar con los menores las consecuencias de no respetar las normas; por ejemplo, no salir al día siguiente.
- Los adultos podrán acompañar a un máximo de tres niños, si estos residen en la misma casa. Los adultos no podrán acompañar a niños de otras casas. Si hay más de tres niños en una casa, deberán salir en dos o más turnos. Se recomienda que, en la medida de lo posible, solo haya un adulto acompañante por salida.
- Se permitirán paseos de hasta 60 minutos diarios por lugares cercanos a la vivienda, no más de 1 kilómetro de distancia del hogar familiar.
- NO SE PUEDE JUGAR EN ZONAS DE JUEGO DE LOS PARQUES, ni tocar mobiliario urbano.
- Se recomienda salir con mascarilla, a los mayores de 4 años, lavarse las manos al salir y al regresar al domicilio, con agua y jabón meticulosamente; es posible también utilizar soluciones desinfectantes de manos con base de alcohol. Los guantes no son obligatorios. No tirar las mascarillas en el suelo, ni tampoco los guantes; depositarlos en la basura cerrada en casa.
- Respetar la distancia social recomendada de 2 metros con los otros niños y adultos. Esta medida es la más importante de todas, y deberá mantenerse de forma estricta la distancia entre los niños y adulto acompañante, con cualquier otra persona, sea niño o adulto, desconocidos, amigos o familiares. Están prohibidos los encuentros con otros niños, otros adultos, así como los juegos en zonas comunitarias o recreativas a pesar de no estar concurridas.
- Estimular correr, saltar... sin molestar a otros y respetando la distancia física estipulada. Los niños podrán llevar su balón, patinete, patines, o incluso la bicicleta, siempre y cuando los adultos acompañantes aseguren que el practicar estas actividades no pone a riesgo a los niños ni les permite entrar en contacto con otras personas de la calle. Los juguetes que se hayan llevado a la calle deberán desinfectarse a la vuelta, con soluciones con base de alcohol.
- Se recomienda que los niños paseen al aire libre y por zonas verdes. Se recomienda que los niños no vayan a lugares cerrados o donde puedan encontrarse con muchas más personas y sea difícil mantener la distancia de seguridad.
- De vuelta a casa, es recomendable cambiar la ropa a los niños, y/o bañarlos. Los niños deberán descalzarse, y usar otro calzado para el interior de la casa.
- No existirá un horario estipulado para la salida. Con el objetivo de minimizar el número de personas simultáneo en la calle, es mejor no recomendar salidas en horarios definidos, aunque si evitar horarios coincidentes con entradas y salidas laborales. Las salidas deberán producirse entre las 9h de la mañana y las 21h de la noche. Los niños no podrán salir a la calle fuera de estos horarios.



ACTIVIDADES NO PERMITIDAS

- Reuniones en grupos de más de 4 personas.
- Reuniones o celebraciones en espacios cerrados, públicos o familiares.
- Distancia física inferior a 2 metros con personas distintas a su acompañante.
- Actividades deportivas en equipos.

Lo que hagan los niños los primeros días de salida tras el confinamiento, lo recordarán mientras vivan. Agradecer su entorno, descubrir y disfrutar de la naturaleza urbana y rural - cielo, sol, luz, nubes, árboles, pájaros, viento, lluvia, aire- el mensaje es que la naturaleza es el lugar idóneo para pasear con sus hijos.

Grupo de expertos AEP para la salida de niños durante el confinamiento de la epidemia COVID19

A Díez, Q Bassat, C Bonet, L Rodríguez, AR Sánchez, M García-Onieva; en representación del

Comité Ejecutivo de la Asociación Española de Pediatría

Junta Directiva de la Asociación Española de Pediatría