

10 recomendaciones para prevenir el contagio de la escarlatina



- 1 Lavaos las manos con frecuencia.**

Procura que todos os lavéis las manos regularmente, sobre todo, si se están produciendo brotes de la enfermedad en vuestro entorno. Hacedlo con agua y jabón durante al menos quince segundos, con especial atención a la zona entre los dedos y debajo de las uñas.
- 2 Utiliza productos antibacterianos para la limpieza de casa.**

Especialmente para limpiar las superficies de la cocina o el baño, para eliminar las bacterias y reducir el riesgo de contagio.
- 3 No compartáis cubiertos ni toallas.**

Si alguno de tus hijos ha contraído ya la escarlatina, evita compartir con ellos utensilios, toallas, ropa de cama u otros objetos personales.
- 4 Apuesta por los productos desechables.**

Es mejor emplear pañuelos de papel de un solo uso, para evitar que las bacterias se queden en prendas que luego puedan reutilizarse y propagar el contagio.
- 5 Sin escuela durante unos días.**

Los niños con síntomas de la escarlatina deben dejar de ir a la escuela infantil, guardería o colegio hasta que desaparezca la fiebre y, como mínimo, veinticuatro horas después de haber empezado a tomar los antibióticos.
- 6 Máxima hidratación durante la enfermedad.**

Prepáralos sopas nutritivas, batidos de leche, bebidas frescas (no excesivamente frías) con las que te aseguras de que se mantienen bien hidratados.
- 7 Dieta blanda.**

Como es probable que por el dolor de garganta no quieran comer, ofréceles una dieta con alimentos blandos, evitando los que sean más irritantes.
- 8 La comida, ni muy fría ni muy caliente.**

La temperatura de los alimentos y líquidos que ingieran ha de ser templada, ni muy fría ni muy caliente.
- 9 Ventila la habitación donde repose el paciente.**

Con el fin de ayudar a aliviar el dolor de garganta, puede ser útil humedecer el ambiente y mantener una ventilación adecuada de la habitación donde se encuentre el paciente, así como la aplicación de compresas húmedas alrededor del cuello.
- 10 Protege a personas con ciertas patologías.**

Evita el contacto del niño afectado con personas que tengan cardiopatías y con personas que tengan disminuidas sus defensas (inmunodeprimidos).