

Stop the Spread of RSV

Respiratory syncytial virus (RSV), is a common infectious respiratory virus that generally causes mild symptoms, similar to a cold. While most people will recover within a couple of weeks, RSV can be serious, especially for infants and the elderly. RSV is traditionally more common in winter and early spring and outbreaks generally occur annually in communities, classrooms and childcare centers.

Who Can Get RSV?

While anyone can get the RSV infection, it is most common in children under two-years of age. Most children will have had RSV by the age of two, and reinfection is common and may recur throughout life.

How Long Are You Contagious?

Once a person is infected with the virus they are contagious for three to eight days, but infants and people with weakened immune systems can spread RSV for weeks, even if they are not showing any symptoms.

How Does RSV Spread?

The virus is transmitted by infected people coughing, sneezing and not washing their hands. You can also get RSV by touching contaminated surfaces and then touching eyes, nose or mouth. RSV can survive on hard surfaces such as tables, chairs and cribs for many hours.

RSV Symptoms

Once a person has been in contact with the virus, symptoms will begin within two to five days. Early RSV symptoms include mild cold-like symptoms such as runny nose. Other symptoms may include congestion, vomiting and fever. In children younger than 3 years old, RSV may move into the lungs and symptoms include coughing, sneezing and wheezing.



Fever



Cough

What to Do if Your Child May Have RSV

If you believe your child may have RSV, first contact your pediatrician. You can also schedule a virtual urgent care visit or take your child to an after hours or urgent care clinic. Visit oklahomachildrens.org/urgentcare to learn more.

If your child has any of the following symptoms, please visit your nearest ER or call 911.



Breathing difficulty — flaring of nostrils or straining of chest or stomach; taking faster breaths than normal



Apnea (brief interruptions in breathing)



Lips or skin with a blue-colored tinge



Change in mental status



Dehydration

You Can Stop the Spread — Wash Your Hands

Teach children to wash hands properly and often:

- Before eating or handling food
- After using the bathroom
- After playing with animals
- After coughing or sneezing

Simple Tips to Help Stop the Spread



Carry an alcohol-based hand gel containing at least 60% alcohol, if soap and water are unavailable



Remind children not to touch eyes, nose and mouth



Ensure children receive recommended vaccinations as appropriate for age



Prevent dehydration - make sure child is drinking enough fluids (preferably water or electrolyte solutions)



Make sure children get plenty of rest and eat nutritious foods



Thoroughly clean all surfaces touched by an infectious person

Detenga la propagación del VRS

El virus respiratorio sincitial (VRS) es un virus infeccioso respiratorio común que por lo general causa síntomas leves similares a los de una gripa. Si bien la mayoría de las personas se recuperan en varias semanas, el VRS puede ser serio especialmente para bebés y personas ancianas. Tradicionalmente, el VRS es más común en el invierno y a comienzos de la primavera y los brotes generalmente ocurren en las comunidades, salones de clases y guarderías infantiles.

¿Quién puede contraer el VRS?

Si bien cualquiera puede contraer la infección del VRS, es más común en niños menores de dos años de edad. La mayoría de los niños habrán padecido el VRS para los dos años y volver a tener la infección es común y puede volver a ocurrir durante la vida.

¿Por cuánto tiempo uno está contagioso?

Una vez la persona está infectada con el virus puede estar contagiado/a de tres a ocho días, pero los bebés y personas con sistemas inmunológicos debilitados pueden propagar el VRS durante semanas si no muestran ningún síntoma.

¿Cómo se propaga el VRS?

El virus es transmitido por la tos y estornudos de las personas infectadas y a través de una mala higiene de las manos. Puede infectarse del VRS por tocar las superficies contaminadas y luego tocarse los ojos, nariz o boca. El VRS puede sobrevivir muchas horas en las superficies duras como mesas, sillas y cunas.

Síntomas del VRS

Una vez la persona ha estado en contacto con el virus, los síntomas comenzarán de dos a cinco días. Los síntomas tempranos del VRS incluyen síntomas como de gripe como el goteo nasal. Otros síntomas pueden incluir congestión, vómitos y fiebre. En niños menores de 3 años, el VRS puede pasar a los pulmones y los síntomas incluyen tos, estornudos y sibilancias.



Fiebre



Tos

Qué hacer si su hijo/a pudiera tener el VRS

Si Ud. cree que su hijo/a pueda tener el VRS, primero contacte a su médico pediatra. También puede agendar una cita virtual de emergencia o llevar a su hijo/a a una clínica de emergencias de atención en horas no formales o una clínica de atención de emergencia. Visite oklahomachildrens.org/urgentcare para más información.

Si su hijo/a tiene cualquiera de los siguientes síntomas, por favor visite la Sala de Emergencias más cercana o llame al 911.



Dificultad para respirar— fosas nasales abiertas o tensión en el pecho o estómago; respiración más rápida de lo normal.



Apnea (cortas interrupciones de la respiración)



Labios o piel con tonalidad azulada



Cambio del estado mental



Deshidratación

Ud. puede detener la propagación — Lávese las manos. Enseñe a sus hijos a lavarse bien las manos frecuentemente:

- Antes de comer o manipular alimentos
- Después de usar el baño
- Después de jugar con animales
- Después de toser o estornudar

Consejos sencillos para detener la propagación



Lleve desinfectante de manos que contenga al menos un 60% de alcohol, si agua y jabón no están disponibles.



Recuérdelo a sus hijos no tocarse los ojos, la nariz o la boca.



Asegúrese de que los niños reciban las vacunas recomendadas adecuadas para su edad.



Evite la deshidratación— asegúrese de que su hijo/a beba suficiente líquidos (preferentemente agua o soluciones con electrolitos)



Asegúrese de que sus hijos descansen bien y se alimenten con comidas nutritivas.



Limpie meticulosamente todas las superficies que toque una persona contagiada.