

CUIDADOS RESPIRATORIOS CUATRO MENSAJES CLAVES

1-¿CÓMO EVITO QUE MI HIJO, HIJA SE ENFERME?

- Realizar lavado de manos con frecuencia.
- Hacer uso adecuado del tapabocas niños (mayores de 2 años).
- Evitar cambios bruscos de temperatura.
- Cubrir boca y nariz con el pliegue del codo al toser o estornudar.
- Completar esquema de **vacunación**.
- Tomar abundante líquido.
- Cubrir nariz y boca al exponerse al frío y permanecer bien abrigado.
- Ventilar la vivienda.
- Cumplir con las consultas de valoración integral.
- Fomentar buenos hábitos alimenticios.
- Si el niño tiene fiebre mantenerlo con ropa cómoda y fresca y no utilizar alcohol para bajar la fiebre.
- Realizar lavado Nasal.
- No realizar auto medicación.
- En caso de iniciar síntomas respiratorios acudir a sala ERA.
- Los menores de 6 meses de edad no deben recibir visitas, ni sacarlos a visitas o espacios públicos.
- No enviar a los niños al colegio cuando cursan con problemas respiratorios.



2-¿CUÁNDO DEBO CONSULTAR AL MÉDICO, CUÁLES SON LOS SIGNOS DE ALARMA?

- Se le hundan las costillas al respirar.
- Hace ruidos extraños al respirar: le silva el pecho o tiene hervidera.
- No puede comer o beber nada o vomita todo.
- Si el niño o la niña es menor de dos meses y presenta fiebre.
- El niño o niña esta anormalmente somnoliento o no despierta con facilidad.
- Presenta ataques o convulsiones.
- Tos persistente por más de 30 días con o sin tratamiento.
- Presenta color morado en los labios o debajo de las uñas.
- Fiebre por mas de 3 días o de difícil control.



3-¿CÓMO CUIDAR AL NIÑO SI ESTA ENFERMO?

F
A
L
T
A
N

Fiebre, mayor de 38.3°C : con acetaminofén, dosis según indicación médica; además con medios físicos.

Alimentación de forma fraccionada, administre líquidos para mantener una hidratación adecuada.

Lavado de manos con agua y jabón.

Tos, es un mecanismo de defensa, no se recomienda los antitusivos.

Alarma, signos de alarma: aleteo nasal, coloración azul en la boca, taquipnea, tirajes, dificultad para respirar, somnolencia, vómito.

Nariz: realizar lavado nasal las veces que sea necesario.



4-CONTROL MÉDICO

- Tenga en cuenta el día y la fecha asignada o sugerida para su siguiente control.
- Debe tener control en los siguientes **7 días** después de asistir a sala ERA o de haber estado hospitalizado si lo requirió.
- Dentro del **mes** siguiente del cuadro respiratorios se recomienda asistir a control de valoración integral a nuestros centros médicos.



¡IMPORTANTE!

¿Cuándo consultar a las SALAS ERA?

Cuando el niño o niña de **3 meses** hasta los menores de **6 años** presente:

- Tos, congestión y fiebre.
- Dificultad leve para respirar (respiración rápida, ruidos al respirar).
- No tiene vómito.
- Está en capacidad de ingerir líquidos.
- Está alerta.

Nota:

- Si tiene vómito persistente, no recibe alimentos o está muy dormido, asista a urgencias.
- Si su niño tiene entre 6 y 11 años y antecedente de asma y cursa con cuadro respiratorio, también puede asistir a una sala ERA.

