

# ¿Tu hijo tiene mocos?



Los catarros nasales son muy frecuentes durante los primeros años de vida, sobre todo en temporada de invierno y si el niño va a guardería. Suelen cursar con fiebre, tos, estornudos y aumento de la mucosidad nasal.

## ¿QUE PUEDES HACER?

- Los molestos síntomas del catarro pueden resolverse fácilmente en casa.
- Administra a tu hijo un antitérmico-analgésico (ibuprofeno o paracetamol) en dosis ajustada a su peso, si tiene fiebre o si lo notas irritable o quejumbroso
- Despéjale la nariz de secreciones haciendo lavados nasales con suero salino fisiológico y aspirando con un aspirador nasal.  
<http://youtu.be/WuY4DXTKi8w>
- Ofrécele líquidos poco a poco. Si no quiere comer, no lo fuerces.
- Otras medidas útiles son: elevar la cabecera de la cuna o cama, poner un humidificador, depósitos de agua en los radiadores o una cebolla partida a la mitad en la cabecera.

## ¿CUANDO DEBES ACUDIR AL PEDIATRA?

- Si tu hijo respira con dificultad (respira cada vez más rápido, hunde las costillas, estira el cuello, mueve mucho el abdomen).
- Si tiene fiebre alta o es menor de 3 meses.
- Si rechaza la ingesta de líquidos o el pecho.