

Datos

- En los menores de 2 años, el control de La Temperatura es de tipo rectal y si supera los 38º es fiebre.
- La Frecuencia Respiratoria en los menores de 6 meses es entre 30 a 60 respiraciones por minuto (se calcula observando el movimiento del pecho en 1 minuto).
- Si se hunden las costillas al respirar acérquese al servicio de Urgencia más cercano.
- Si la boca de sus bebe se pone de color morado diríjase al servicio de Urgencia más cercano.

PREVENCIÓN de enfermedades respiratorias infantiles



¿Qué causa las enfermedades respiratorias?



Las enfermedades respiratorias son causadas por virus que están en el ambiente, en las gotitas de saliva o moco que una persona enferma arroja al toser, hablar o estornudar.

Factores de riesgo de enfermar:

- Ser Prematuro.
- Madre o alguien cercano al niño (a) que se encuentre enfermo.
- Que asista a sala cuna: mayor riesgo de contagio de infecciones desde otros niños.
- Tabaco intrafamiliar (madre fumadora aumenta dos veces el riesgo de desarrollar enfermedades respiratorias en el niño)
- Desnutrición
- No tener las vacunas al día



¿Cuándo debo consultar en Urgencia?

Debe consultar de inmediato si su hijo/a:

- Tiene Silbido al Respirar y aleteo nasal.
- Respira rápido y con dificultad.
- Se queja o se hunden las costillas al respirar.



- Si se coloca boca morada, dedos de las manos o los pies.
- Si está muy decaído, rechaza el alimento o no deja de llorar.
- Se ahoga al respirar o toser
- Tiene tos abundante y fiebre por más de dos días.



Importante:

Si su hijo es menor de tres meses, nació prematuro o pesó menos de 2 kilos al nacer, debe extremar la precaución y acudir al servicio de urgencia más cercano si presenta alguno de los síntomas recién descritos, y con mayor razón si:

- Deja de mamar o rechaza alimento
- Presenta tos
- Presenta fiebre

Para prevenir estas situaciones:

- Ventile diariamente las habitaciones
- Utilice preferentemente estufas eléctricas o a gas. Si no cuenta con éstas, cambie las mechas de las estufas a parafina cada invierno; encienda y apague siempre estufas a parafina en el exterior; cuide que las estufas no se apaguen solas en el interior de la casa y que no generen olor.
- Evite el exceso de abrigo, siempre es una prenda más de ropa que la madre.
- Limpie con frecuencia la nariz de su hijo, se debe realizar con "cotonitos" de algodón (sin varilla plástica o de papel) y suero fisiológico.
- Un niño enfermo debe dejar de asistir al jardín infantil o salas cuna por una semana, ya que es un foco de contagio para los demás.
- Evite llevar a los niños al supermercado, mall y otros lugares donde haya aglomeración de gente.



- Trate de no estar en ambientes húmedo con su bebe.

- Mantenga la lactancia materna exclusiva hasta al menos los 6 meses.

- No fume en presencia de niños, ya que, los resfriados se repiten más a menudo y duran más en hijos de padres fumadores ya que el humo del cigarro permite que los

microbios se adhieran a las vías respiratorias y proliferen con mayor facilidad.

- Evite especialmente en niños de padres alérgicos o asmáticos el contacto con ácaros, pelos de animales domésticos y/o polvo ambiental.
- Evite cambios bruscos de temperatura.
- Evitar que su bebe este en contacto con personas o niños enfermos.
- Lávese las manos con frecuencia, porque estas son la principal vía de contagio de resfriados y de otras infecciones.

