

“Pautas de ausentismo por enfermedad: Cómo tomar la decisión correcta cuando su hijo tiene un resfrío”

Esta campaña es exclusivamente educativa y la asociación nacional de enfermeras escolares no endorserá ningún producto.

Considere que su hijo se quede en casa si:

- Tiene 38 grados o más de fiebre
- Ha tenido vómitos
- Tiene síntomas que le impiden participar en la escuela, tales como:
 - Cansancio excesivo o falta de apetito
 - Tos productiva, estornudos
 - Dolor de cabeza, dolor en el cuerpo, dolor de oídos
 - Dolor de garganta

Su hijo debe permanecer en la casa hasta que la fiebre se haya ido por 24 horas sin medicación.

Los resfríos pueden ser contagiosos durante un período de por lo menos 48 horas. Regresar a la escuela antes de ese período puede retrasar el proceso de recuperación y exponer innecesariamente a otros a enfermarse.

¿Cómo hago para que mi hijo se sienta mejor?

- Asegúrese de que su hijo haga mucho reposo y limite las horas de exposición al televisor.
- Procure la ingesta de líquidos, como agua, sopa, jugos y hielo
- Ayude a que su hijo se relaje leyéndole un cuento y dándole mucho cariño y ternura
- Evalúe el uso de un humidificador de vapor frío
- Cuando se usan siguiendo las instrucciones, los medicamentos para la tos y el resfrío para niños ayudan a aliviar los síntomas de la tos y el resfrío durante el tiempo que su hijo se recupera. Lea y cumpla las instrucciones cuidadosamente y respete la dosis exacta recomendada para la edad del niño. No utilice medicamentos de venta libre para la tos y el resfrío en niños menores de cuatro años en los Estados Unidos.

Visite NASN.org o Triaminic.com para obtener más información.

Si no sabe cuál es el mejor tratamiento para el resfrío o la gripe de su hijo, consulte a la enfermera de su escuela, a un médico o farmacéutico, o a otro proveedor de atención de salud.