

## ¿Qué es la tos asistida?

La tos ayuda a expulsar la mucosidad de los pulmones. La tos asistida es una manera de ayudar a su hijo a toser para que sus pulmones se mantengan despejados.

## ¿Por qué se usa?

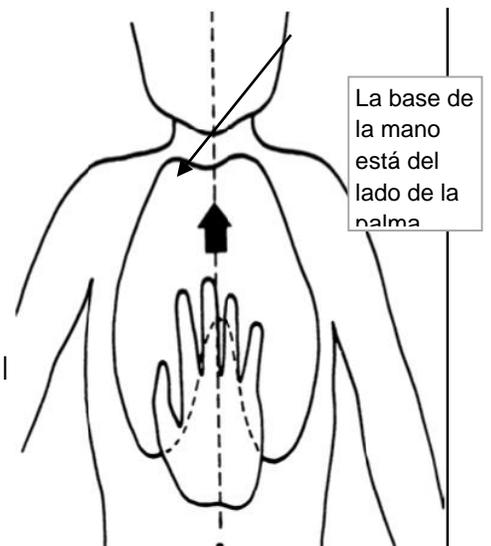
Algunos niños tienen débiles los músculos del estómago. Cuando los músculos están débiles, su hijo no puede toser bien.

## ¿Cómo se hace?

Si su hijo está en una silla de ruedas, asegúrese de que esté estable. Apoye la silla de ruedas contra una pared y asegure las ruedas. Si la silla de ruedas se reclina, puede ser más fácil realizar la tos asistida mientras su hijo está un poco inclinado hacia atrás.

1. Si es diestro (derecho), coloque la base de su mano derecha entre el ombligo y el extremo inferior del esternón. Si es zurdo, coloque la base de su mano izquierda en la misma posición.
2. Pídale a su hijo que respire profundamente 3 veces mientras usted coloca su mano en posición. Cuando su hijo respire por tercera vez, pídale que tosa. Su hijo debe toser cuando exhale. Ayude a toser a su hijo presionando hacia adentro y hacia arriba con su mano mientras tose. No presione el extremo inferior del esternón.
3. Repita los pasos 1 y 2 según sea necesario.

Empuje suavemente hacia adentro y hacia arriba desde el ombligo hacia la garganta.



## Instrucciones especiales

Si tiene manos pequeñas, podría necesitar usar ambas manos para presionar. Cuando use ambas manos, puede ser difícil estar seguro que está presionando ambas manos al mismo tiempo. La práctica ayuda a que realice una buena tos asistida. Use una almohada para practicar la presión.

## ¿Con qué frecuencia se debe hacer?

La tos asistida se debe hacer todas las mañanas y por cada tratamiento. Sabrá si necesita realizar más tos asistida a su hijo si:

- escucha o siente un sonido de vibración en el pecho de su hijo al inhalar o exhalar;
- su hijo tose y no sale mucosidad;
- su hijo le dice que necesita toser.

## ¿Cómo sentirá mi hijo la tos asistida?

La tos asistida se siente como una fuerte presión en el estómago. La presión es rápida pero suave.

**ALERTA:** Llame al médico de su hijo, a su enfermera o a la clínica si tiene cualesquier preguntas o inquietudes o si su hijo:

- No puede eliminar la mucosidad o las secreciones al toser.
- Se ve de color morado o gris.
- Siente dolor en la parte baja del abdomen.
- Tiene una lesión en el pecho o las costillas fracturadas.
- Está embarazada.
- Tiene necesidades especiales de cuidados médicos que no se cubrieron en esta información.

**Para obtener más información sobre la salud y el bienestar, consulte este recurso:**

<https://kidshealth.org/ChildrensWI/es/parents>

**Esta hoja informativa fue creada para ayudarle a cuidar de su hijo o familiar. Esta hoja no reemplaza la atención médica. Hable con su proveedor de atención de salud sobre el diagnóstico, el tratamiento y el seguimiento.**