

## ¿Qué es un resfriado?

- Un resfriado es causado por un virus. No hay ningún medicamento que pueda detener el virus del resfrío o hacerlo desaparecer más rápido. El cuerpo de los niños combate el virus del resfriado sin tomar medicamentos.
- Los resfriados pueden durar hasta 14 días. La fiebre que acompaña a un resfrío desaparece en unos 3 a 4 días. La tos puede durar de 14 a 21 días.

## ¿Cómo puedo ayudar a mi hijo?

- Su hijo necesita mucho descanso.
- Ofrézcale muchos líquidos. Los líquidos calientes como sopa o té con miel pueden ayudar a los niños mayores a calmar el dolor de garganta o la tos.
- Para la tos, si su hijo tiene más de 1 año de edad, ofrecerle 1/2 cucharadita de miel podría ayudar. A los niños mayores de 6 años puede ofrecerles 1 cucharadita de miel.
- Use un humidificador de rocío frío en la habitación de su hijo. Puede ayudarlo a respirar más fácilmente. Asegúrese de limpiarlo a menudo siguiendo las indicaciones del fabricante.
- Use gotas nasales de agua salada o solución salina para aflojar la mucosidad en la nariz de su hijo.
- La nariz del bebé puede succionarse usando una perilla de succión o Nose Frida®. Esto ayuda antes de dormir, comer y según sea necesario.
- Un buen lavado de manos evitará que otros se enfermen.

## ¿Cuándo debo volver a la Sala de Emergencias?

Regrese si su hijo:

- Respira más rápido o con más dificultad de lo normal.
- Tiene señales de estar muy enfermo como dormir todo el tiempo, no beber líquidos o dice que tiene más dolor al respirar.
- Tiene señales de deshidratación como llorar sin lágrimas, boca seca, no hace pipí (orina) durante 8 a 10 horas o está menos activo.

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

- Un nuevo dolor en el oído o en los senos nasales.
- Dolor de garganta que dure más de 2 días o que sea más doloroso.
- Fiebre de 101 °F o más que dure más de 2 días.
- Tos que dure más de 7 a 10 días.
- Escurrimiento nasal que dure más de 14 días.
- Secreción amarilla de los ojos que comience y dure más de un día.
- Necesidades especiales de atención de salud 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.**