

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

Esta campana es exclusivamente educacional y la asociación nacional de enfermeras escolares no endorsa ningún producto.

### **Considere que su hijo se quede en casa si:**

Tiene 99 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](http://NASN.org) o [Triaminic.com](http://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.