

## Recomendaciones:

- Lleva a tu hijo a su revisión médica cuando presente el primer síntoma de la enfermedad.
- Enseña a tus hijos a estornudar: que pongan el antebrazo sobre la nariz y boca al toser o estornudar y se laven las manos posteriormente.
- Evita suministrar medicamentos, antibióticos o jarabes para la tos, a menos que sean recetados por el médico.
- Lávate las manos cuando tengas contacto con secreciones o enfermos con gripe.
- Ventila diariamente la casa y habitación de tus enfermos.
- Verifica que el esquema de vacunación de tus hijos esté completo.

**La hidratación es la clave para controlar la enfermedad y evitar mayores complicaciones.**



### DESCARGA Y COMPARTE



**Mayor información:**  
**Instituto de Seguridad Social  
del Estado de México y Municipios**  
☎ 722 226 19 00, exts.: 135 10 61 y 135 10 69.

**LA VERSIÓN DIGITAL**  
CE:234/F/013/24

# Enfermedades respiratorias agudas en menores de 5 años

## Enfermedades respiratorias agudas en menores de 5 años

### ¿Sabías qué?

Las infecciones respiratorias agudas son afecciones del tracto respiratorio.

Son causadas por virus o bacterias que comienzan en forma repentina y duran menos de 2 semanas.

Las infecciones pueden ser leves o graves y poner en peligro la vida, dependiendo del germen que las cause, así como el medio ambiente y estado nutricional del menor.

### Signos de alarma en el menor de 5 años:

- Aumenta la frecuencia respiratoria o tiene respiración rápida.
- Muestra hundimiento en las costillas al respirar.
- Presenta ruidos extraños al respirar o le silba el pecho.
- Se niega a comer o beber y lo vomita todo.
- Presenta fiebre que no cede con la administración de medicamentos.
- Se muestra agitado.
- Está deprimido, nervioso, irritable o soñoliento.
- Sufre de ataques o convulsiones.



### ¿Cómo prevenir las infecciones agudas y sus complicaciones?

- Evítale la cercanía de personas con gripe. Los enfermos deben utilizar cubrebocas y mantener sus manos limpias, a través de un correcto lavado con agua y jabón.
- Si es un bebé menor de 6 meses, suministra leche materna en mayor cantidad para fortalecer sus defensas.
- Si el niño tiene 6 meses o más, proporciónale alimentos recién preparados de alto contenido nutricional y energético (frutas, verduras y carnes) y sigue dándole leche materna.
- Mantén al corriente el esquema de vacunación del menor.
- Evita los cambios bruscos de temperatura.
- Abriga adecuadamente a tu hijo en temporada invernal y evita lugares públicos.