

Lo que usted
debe saber sobre...

Cómo administrar a su hijo medicamentos para aliviar el dolor/bajar la fiebre

Los analgésicos pueden ayudar a bajar la fiebre y aliviar dolores y malestares leves de su hijo. Hay dos tipos aprobados para niños—acetaminofén (componente de Children's TYLENOL®) e ibuprofeno (componente de Children's MOTRIN®). No debe dar aspirina a los niños, dado que les puede provocar una grave enfermedad denominada Síndrome de Reye.

Los analgésicos de venta libre son muy usados en los Estados Unidos. Pero, como todos los medicamentos, pueden hacer daño si no se utilizan adecuadamente. Los siguientes pasos pueden ayudarlo a administrar analgésicos a su hijo de forma segura.

Sepa cuál es la dosis correcta

Los niños crecen rápido, por lo tanto es importante leer siempre la etiqueta para ver la dosis adecuada al peso actual de su hijo (o a la edad, si no sabe el peso). Para el caso de niños pequeños, la etiqueta puede indicar que consulte a su médico sobre la dosis correcta. Cuando hay más de un niño en la casa, es fácil confundir las dosis correspondientes a las diferentes edades.

Mida con precisión

Para obtener la dosis exacta, use únicamente el dispositivo dosificador que viene con el producto. En general, los productos para bebés traen jeringas para medir la dosis, y los productos para niños vienen con vasitos dosificadores.

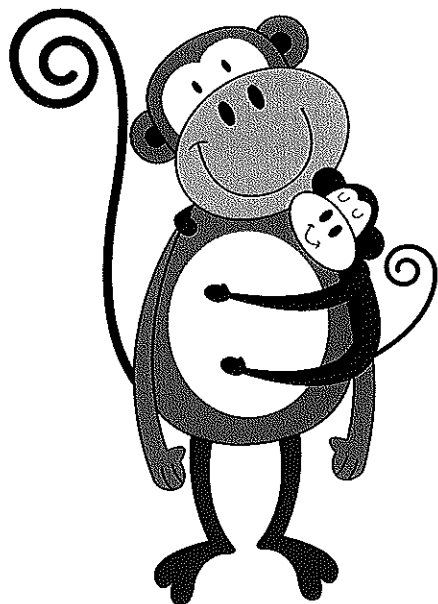
No administre la siguiente dosis antes de tiempo

Lea la etiqueta para verificar con qué frecuencia administrar el medicamento. Administrar la siguiente dosis antes de tiempo puede hacer daño a su hijo.

Información importante sobre los analgésicos para niños

- **No administre a los niños medicamentos para adultos, ni siquiera en cantidades pequeñas**
- **Siempre lea y siga las instrucciones de la etiqueta**
- **No tome más de un medicamento que contenga el mismo ingrediente activo.** Si va a dar a su hijo más de un medicamento en el mismo día, lea las etiquetas para verificar los "Ingredientes Activos" que contienen. Muchos medicamentos de venta libre y con receta -incluso medicamentos para la tos y el resfriado— contienen acetaminofén (el ingrediente activo de TYLENOL®), así como otros ingredientes tales como antihistamínicos y expectorantes.

Nota: en algunas etiquetas se utiliza "APAP" como abreviación de acetaminofén.



Descargue GRATIS la aplicación Kids' Wellness Tracker de la App StoreSM

App Store es una marca de servicios de Apple Inc. Es posible que se apliquen tasas estándar de descarga



Consejos de salud de McNeil Consumer Healthcare Division de McNEIL-PPC, Inc.,
los fabricantes de Children's TYLENOL® y Children's MOTRIN®.

Lo que usted
debe saber sobre...

Cómo tomar la temperatura de su hijo

Cuando un niño está enfermo, lo primero que nos preguntan en el consultorio del médico es "¿qué temperatura tiene? y ¿cómo se la tomó?" Existen diversos termómetros y formas de tomarle la temperatura a un niño, por lo que es útil saber qué se recomienda para cada edad.

Los termómetros básicos digitales son una buena opción. Son precisos, rápidos, fáciles de usar, no son costosos y pueden usarse para tomar la temperatura de diversas formas: en el recto (rectal), por boca (oral) o debajo del brazo (axilar).

Nota: El termómetro que se usa para tomar la temperatura rectal no debe usarse para otros métodos.



Bebés menores de 3 meses

El método rectal es el más fiable en los bebés pequeños. Si su hijo tiene menos de 3 meses y tiene una temperatura de 100.4 °F o más alta, llame al médico de inmediato. Se debe controlar que los bebés tan pequeños no tengan alguna infección o enfermedad.

Para tomar la temperatura rectal: Lave el termómetro y enjuáguelo con agua fría. Cubra la punta con vaselina. Acueste a su niño boca arriba con las rodillas flexionadas o boca abajo. Manténgalo inmóvil e inserte el termómetro en el recto, de media a una pulgada. Espere a que el termómetro suene, luego retírelo para leer la temperatura.

Niños menores de 4 años

Posiblemente el método rectal no sea el más adecuado para los niños activos y de más edad. Otra opción es el método axilar, pero resulta menos preciso. La lectura axilar puede ser hasta 2 grados inferior que la lectura rectal interna.

Para tomar la temperatura axilar: Quítele la camiseta al niño. Verifique que la axila esté seca. Presione la punta del termómetro contra la axila. Mantenga el brazo del niño firme contra su costado. Espere a que el termómetro suene, luego retírelo para leer la temperatura.

Niños de 4 años y mayores

En niños de más edad, la temperatura tomada en forma oral es precisa si se toma correctamente (el niño debe poder sostener el termómetro el tiempo suficiente para poder leer la temperatura).

Para tomar la temperatura oral: Lave el termómetro y enjuáguelo con agua fría. Coloque la punta debajo de la lengua del niño, cerca de la parte posterior de la boca. Espere hasta que el termómetro suene, luego retírelo para leer la temperatura.

Si tienes dudas o inquietudes, consulte a su médico.

Otras formas de tomar la temperatura de su hijo

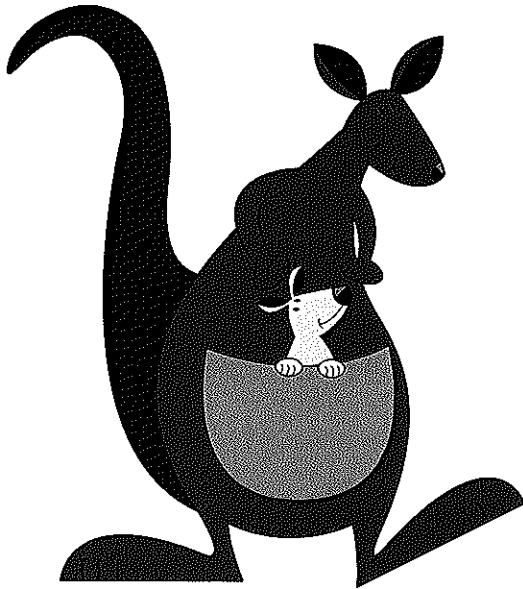
- **Los termómetros de oído** son rápidos y cómodos, pero pueden resultar complicados de usar.
- **Los termómetros arteriales temporales** se deslizan por la frente. Son fiables pero también son más costosos.
- **Las tiras de temperatura** y los **termómetros con chupete** no son recomendados por la Academia Americana de Pediatría.

Lo que usted
debe saber sobre...

Cómo tratar la fiebre: ¡El alivio es su objetivo!

Es comprensible que los padres se preocupen cuando un niño tiene fiebre. En general, la fiebre es un síntoma de infección o de otra afección. La mayoría de las veces, la fiebre desaparece por sí sola en 2 o 3 días.

Si el niño tiene fiebre pero juega, se alimenta y se comporta normalmente, es posible que usted no necesite hacer nada. Pero si se siente mal, usted debería ayudarlo a que se sienta más cómodo. Disminuir la fiebre podrá reconfortarlo, aunque no es necesario que la temperatura vuelva a los valores normales para lograrlo.



Lo que usted puede hacer

Es posible aliviar al niño con medicinas que bajan la fiebre como el acetaminofén (presente en Children's TYLENOL®) o ibuprofeno (presente en Children's MOTRIN®). En general producen efecto de los 30 a 60 minutos. Consulte a su médico qué es lo que le recomienda. **Consejo: Si el niño está durmiendo, está cómodo. La mayoría de los pediatras recomiendan no despertar a un niño que está durmiendo para darle medicinas que bajan la fiebre.**

Otras medidas posibles:

- Frote levemente el cuerpo del niño con una esponja con agua tibia (solo si el niño siente que lo alivia). No siga si el niño comienza a tiritar.
- Mantenga al niño fresco con ropas livianas y una temperatura ambiente más baja
- Asegúrese de que el niño beba mucho líquido

Cuándo hay que llamar al médico

- Tiene **MENOS de 3 meses** (12 semanas) y temperatura de 100.4°F o más alta
- Tiene **MÁS de 3 meses** (12 semanas)
 - Tiene más de 104°F de temperatura
 - Tiene temperatura de 100.4°F o más alta **y** cualquiera de estos síntomas
 - Jaqueca
 - Apariencia de estar enfermo o muy somnoliento o molesto
 - Dolor de garganta o de oídos
 - Ha estado en un lugar muy caliente (como un automóvil sobrecalentado)
 - Vómitos o diarrea constantes
 - Tiene problemas subyacentes del sistema inmune, antecedentes de convulsiones o consume esteroides
 - Tortícolis
 - Sarpullido extraño

Otras razones para llamar al médico:

- El niño parece empeorar, incluso luego de tomar medidas para que se sienta mejor
- **El niño tiene entre 3 y 24 meses** y sigue con fiebre (100.4°F o más) luego de pasadas 24 horas
- **El niño tiene más de 24 meses** y aún tiene fiebre (100.4°F o más) luego de 3 días o aún se comporta como enfermo cuando ya ha bajado la fiebre



Descargue **GRATIS** la aplicación Kids' Wellness Tracker de la App StoreSM

App Store es una marca de servicios de Apple Inc. Es posible que se apliquen tasas estándar de descarga

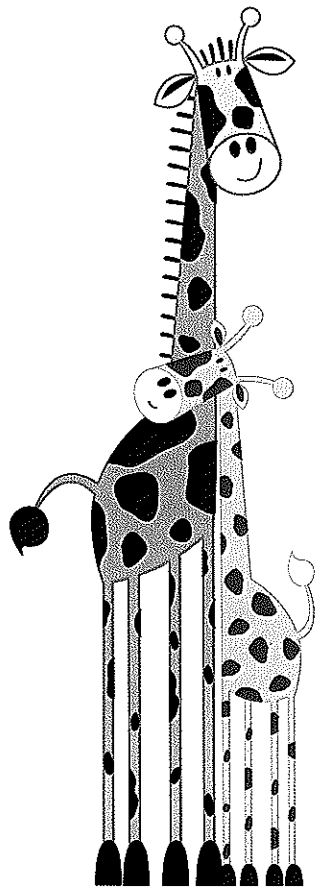


Consejos de salud de McNeil Consumer Healthcare Division de McNEIL-PPC, Inc.,
los fabricantes de Children's TYLENOL® y Children's MOTRIN®.

©McNEIL-PPC, Inc. 2013 MHP-0015

Lo que usted
debe saber sobre...

Infecciones de oído



¿Qué es una infección de oído?

Las infecciones de oído, también llamadas otitis media, suelen comenzar con un resfriado viral u otra enfermedad. Esto puede provocar enrojecimiento, inflamación y cierta acumulación de líquido en el oído medio de su hijo. Las infecciones de oído suelen ser dolorosas y dificultan la alimentación y el sueño del niño. A veces provocan fiebre (temperatura de 100.4°F o más). Si cree que su hijo tiene dolor en el oído o ve que le sale líquido del oído, llame al médico.

¿Qué hacer si la infección de oído causa mucho dolor?

La mayoría de los niños con infección de oído padecen mucho dolor. Los bebés pueden frotarse los oídos, tener problemas para dormir o tener rabietas. Los principales medicamentos para aliviar el dolor de la infección de oído son el acetaminofén (ingrediente de Children's TYLENOL®) y el ibuprofeno (ingrediente de Children's MOTRIN®), no los antibióticos. Pregunte a su médico qué analgésico usar.

Los analgésicos deben administrarse en cuanto se sepa que el niño tiene infección de oído, y especialmente antes de que se vaya a la cama, porque al acostarse le puede aumentar el dolor. Afortunadamente, después de 24 horas, más de la mitad de los niños se sienten mejor, y casi todos se sienten mejor después de algunos días. Los antibióticos no alivian el dolor de oído en las primeras 24 horas, y la mayoría de las infecciones de oído en niños mejoran sin antibióticos.

Consejos para evitar las infecciones de oído

Algunos niños tienden a contraer más infecciones de oído que otros durante la primera infancia, cuando el oído interno y el sistema inmune todavía están en desarrollo. Sin embargo, hay algunas medidas que usted puede tomar para proteger los oídos de sus pequeños de las infecciones:

- Proteger a los niños de los virus del resfriado y la gripe alentándolos a lavarse las manos con frecuencia y evitando el contacto con los niños que están enfermos.
- No permitir que los niños beban de biberones o tazas estando acostados, pues esto hace que los líquidos y los gérmenes fluyan hacia el oído medio.
- Mantener las vacunas al día. Las vacunas neumocócica y de la meningitis para bebés ayudan a disminuir el riesgo de infecciones de oído. Una vacuna anual contra la gripe también ayuda.
- Mantener a los niños alejados del humo de cigarrillo. El humo y el polvo aumentan el riesgo de acumulación de líquido e infección en el oído de los niños.



Descargue GRATIS la aplicación Kids' Wellness Tracker de la App StoreSM

App Store es una marca de servicios de Apple Inc. Es posible que se apliquen tasas estándar de descarga



Consejos de salud de McNeil Consumer Healthcare Division de McNEIL-PPC, Inc.,
los fabricantes de Children's TYLENOL® y Children's MOTRIN®.

Lo que usted
debe saber sobre...

Los resfriados y la gripe

La mayoría de los niños tienen de 8 a 10 resfriados antes de cumplir los 2 años. Si van a una guardería o tienen hermanos en edad escolar, pueden tener aún más. En general, los resfriados se curan solos y no tienen mayores consecuencias. Mientras tanto, asegúrese de que su hijo descanse lo suficiente y beba abundantes líquidos. En cuanto a otros síntomas, las siguientes son algunas medidas que usted puede tomar para que su hijo se sienta mejor.

Nariz tapada y congestión del pecho

Las gotas nasales de solución salina (agua con sal) pueden ayudar a descongestionar la nariz. Si se trata de un bebé, use una pera de aspiración para extraer la mucosidad después de ponerle las gotas. Para aflojar la mucosidad del pecho, dele unos golpecitos suaves en la espalda. Por la noche, coloque un humidificador de vapor frío cerca de la cama de su hijo.

Tos o dolor de garganta

La sopa de pollo y otros líquidos tibios sirven para aliviar una garganta irritada. A los niños de 4 años o más también se les puede dar pastillas para la tos o la garganta. Si su hijo es mayor de 2 años, puede darle miel para aliviarle la tos (media cucharadita si tiene entre 2 y 5 años, 1 cucharadita si tiene entre 6 y 11 años, y 2 cucharaditas si tiene 12 años o más).

Alivio de fiebre y dolores

El acetaminofén (ingrediente de Children's **TYLENOL**®) y el ibuprofeno (ingrediente de Children's **MOTRIN**®) son seguros y eficaces cuando se administran según las instrucciones. Consulte a su médico qué es lo que le recomienda.

Cómo saber si es un resfriado o una gripe

RESFRIADO

Aparición gradual de los síntomas; ausencia de fiebre o fiebre leve.

Algo de cansancio, pero energía suficiente para realizar actividades normales.

Nariz tapada y secreción nasal.

Tos leve, dolor de garganta.

GRUPE

Síntomas intensos que aparecen rápidamente; incluyendo la fiebre (normalmente más de 101°F)

Cansancio extremo.

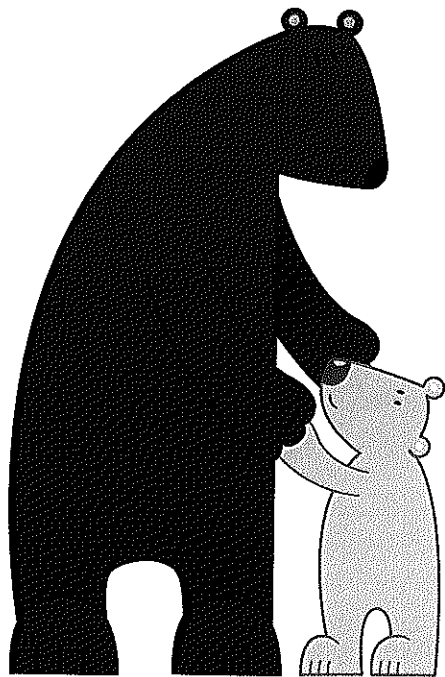
Nariz tapada y secreción nasal (a veces).

Tos seca, dolor de garganta.

Dolores y escalofríos.

Vómitos o diarrea (a veces).

Siempre es buena idea preguntar a su médico ante qué síntomas de resfriado o gripe debe llamar al consultorio.



Descargue **GRATIS** la aplicación **Kids' Wellness Tracker** de la **App Store** SM

App Store es una marca de servicios de Apple Inc. Es posible que se apliquen tasas estándar de descarga



Consejos de salud de McNeil Consumer Healthcare Division de McNEIL-PPC, Inc.,
los fabricantes de Children's **TYLENOL**® y Children's **MOTRIN**®.

Lo que usted debe saber sobre...

El llanto infantil y los gases

A menudo los bebés lloran mucho durante sus primeros meses de vida. De hecho, es normal que los bebés sanos lloren de 2 a 3 horas al día mientras maduran y se acostumbran a la vida fuera del útero. A los 3 meses, hasta los bebés más nerviosos tienden a llorar mucho menos. Estos son algunos datos útiles que debes saber:

El estómago del bebé todavía está en desarrollo

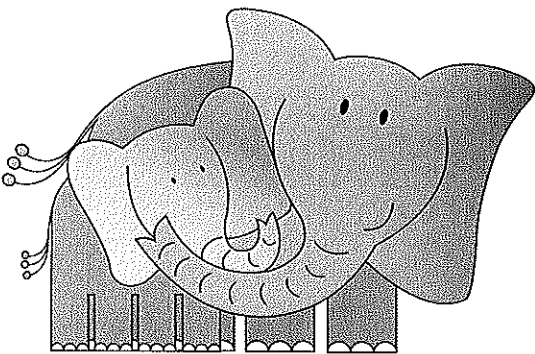
Mientras el aparato digestivo madura durante el primer año de vida, se le pueden devolver la leche o fórmula. Normalmente esto no es perjudicial, pero el malestar puede hacer que algunos lloren. Mantenga a su bebé erguido durante por lo menos media hora después de alimentarlo. Esto ayuda a que no se le devuelva lo que ya ha tragado.

Los bebés tienen gases... ¡y muchos!

Durante la alimentación, los bebés pequeños pueden tragar aire hasta que aprenden un ritmo adecuado para chupar, tragar y respirar. Los gases también pueden acumularse cuando la leche materna o la fórmula no le sientan bien al bebé. El llanto puede ser un signo del dolor debido a gases. Y puede ser una causa también, ya que los bebés también tragan aire cuando lloran.

Algunos bebés son simplemente más susceptibles

¡Lo que no le molesta a un bebé puede hacer que otro se eche a llorar! Podría ser el ruido, la luz; incluso un pañal sucio. Usted no puede cambiar el temperamento natural de un bebé, pero calmarlo antes de que el llanto llegue al extremo puede ayudar.



Como calmar a su bebé

- Mecer o pasear al bebé.
- Un paseo en el automóvil o un columpio infantil.
- Un chupete.
- Conversación o canto.
- Envolver al bebé (envolver al bebé arropado en una manta suave, con los brazos rectos y a los costados).
- Ruido blanco (sonido "shhh"; zumbido de un ventilador o secadora de ropa).

Consejos para aliviar los gases atrapados

- Haga eructar al bebé *durante* y *después* de amamantarlo, después de 2 ó 3 onzas de la fórmula o al cambiar de pecho. (Está bien si el bebé no eructa cada vez.)
- Acueste al bebé de espaldas y muévale las piernas como una bicicleta.
- Dele un masaje suave a la barriga del bebé con movimientos circulares firmes.
- Pruebe un medicamento para combatir los cólicos, como las gotas Infants' MYLICON® Drops.* Cuando se usan según las indicaciones, son seguras para bebés de cualquier edad (puede administrarlo con las comidas o según sea necesario, hasta 12 veces por día).

Hable con su médico si tiene alguna pregunta sobre el llanto o las molestias con la alimentación.

* Usar según las indicaciones. No excedas las 12 dosis por día.



Descargue GRATIS la aplicación Kids' Wellness Tracker de la App StoreSM

App Store es una marca de servicios de Apple Inc. Es posible que se apliquen tasas estándar de descarga



Consejos de salud de McNeil Consumer Healthcare Division de McNEIL-PPC, Inc., los fabricantes de Children's TYLENOL® y Children's MOTRIN®.

Lo que usted debe saber sobre...

Cómo mantener los medicamentos fuera del alcance de los niños

Es fácil olvidar qué tan curiosos y rápidos pueden ser los niños cuando se trata de meterse en los medicamentos que están a su alcance. A continuación detallamos algunas formas simples para ayudar a mantener los medicamentos, las vitaminas y los complementos fuera de sus pequeñas manos.

Guarde los medicamentos en un lugar alto después de cada uso

Almacene los medicamentos, los complementos y las vitaminas en un armario cerrado y alto. Los niños pueden ser excelentes trepadores, así que mantenga los medicamentos en un lugar en donde no los vean y fuera de su alcance.

Las tapas resistentes a niños son una medida importante de defensa. Manténgalas en todos tus medicamentos, si las tienen. Recuerde: estas tapas no son tapas a prueba de niños. Puede ser más difícil para los niños abrir los envases, pero no son a prueba de niños, así que no cuente con ellas como tu única barrera de seguridad.

Guarde los medicamentos en su envase original, para no confundirlos con algo más.

Lleve los medicamentos consigo si se retira durante un momento. Dejarlos mientras abre la puerta o atiende el teléfono puede darle fácil acceso al niño.

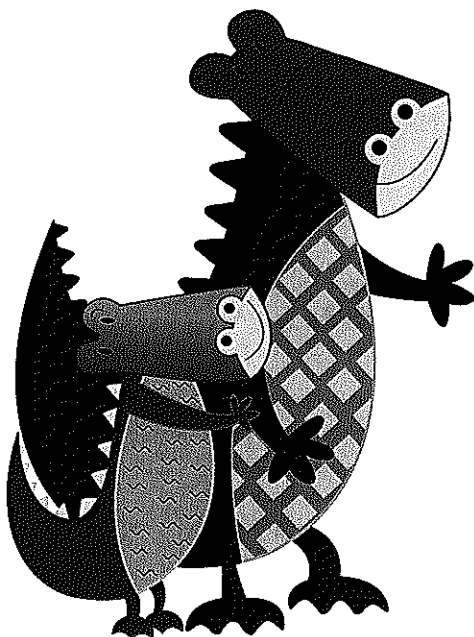
No tome los medicamentos delante de los niños ni los llame "golosinas". Pueden probarlos por sí mismos si les parece algo bueno.

Tenga cuidado con las carteras y las bolsas de la tienda de comestibles. A los niños les encanta explorarlas, así que guárdelas fuera de su alcance y guarde de inmediato los medicamentos recién comprados. Advierta a las abuelas, niñeras y demás visitantes para que no dejen bolsas desatendidas.

Deseche los medicamentos que estén vencidos o que no utiliza. La etiqueta puede incluir indicaciones sobre cómo desecharlos. Tenga cuidado con colocarlos en botes de basura que los niños puedan alcanzar.

Qué debe hacer si su hijo toma un medicamento por equivocación

- **Llama al centro de control toxicológico (800-222-1222),** incluso si no está segura. Tenga la botella a mano. También le pueden pedir información adicional. Estos profesionales pueden informarte si el medicamento puede perjudicar a su hijo y qué hacer después.
- **Llame al 911 de inmediato** si su hijo/a no se puede despertar, si tiene problemas para respirar, o si tiembla sin control.
- **No induzca vómitos;** los médicos ya no recomiendan tratamientos como el jarabe de ipecacuana, que induce el vómito en los niños. Esto puede hacer que les sea imposible "retener" tratamientos que *pueden* ayudar.



Descargue GRATIS la aplicación Kids' Wellness Tracker de la App StoreSM

App Store es una marca de servicios de Apple Inc. Es posible que se apliquen tasas estándar de descarga



Consejos de salud de McNeil Consumer Healthcare Division de McNEIL-PPC, Inc., los fabricantes de Children's TYLENOL® y Children's MOTRIN®.