

¡Hola! En este mensaje trataremos la tos en los niños. Te daré algunos consejos sobre lo que puedes hacer en caso de tos y en qué situaciones es necesario llevar al niño al médico.

La tos es un mecanismo de defensa que limpia las vías respiratorias. La garganta se irrita y la nariz produce moco. En la mayoría de los casos, el niño tose porque tiene un resfriado o una gripe.

**Estos 4 consejos pueden ser útiles si tu hijo tiene tos:**

1. Dale mucho de beber al niño. Beber puede calmar la garganta, soltar el moco y reducir la tos.
2. Abre la ventana de vez en cuando para que entre aire fresco. El aire húmedo también puede ayudar. Por ejemplo, puedes humedecer toallas y colgarlas sobre la calefacción.
3. Deja que el niño duerma mucho. Mantén el torso del niño en alto, por ejemplo, colocando algo debajo del colchón. Esto le permitirá respirar y dormir mejor.
4. Dedícale mucha atención. Por ejemplo, puedes leerle algo.

**¿Tienes dudas sobre si es necesario llevar a tu hijo al médico? En las siguientes 5 situaciones, tu hijo necesitará asistencia médica:**

1. Al niño le cuesta respirar, respira muy rápido o lo hace con "pitidos".
2. El niño lleva con tos Y fiebre 4 días.
3. El niño siente dolor al respirar.
4. La tos dura más de 14 días.
5. El niño está cansado y no quiere jugar.

¿No tienes claro cómo debes actuar? Pregunta a la asesoría para padres o a la consulta de pediatría. Encontrarás todas las direcciones y números de teléfono en [www.meinkindistkrank.ch](http://www.meinkindistkrank.ch)

¡Mis mejores deseos para ti y para tu hijo!