



Tiempo de guardería, tiempo de resfriados

Dentro de poco empieza el otoño, y vuelve el cole; volver a ver a los amigos, estrenar cuadernos, lápices, nuevas emociones, nuevas aventuras y... los niños ¡siempre con mocos y tos! Los padres de un niño pequeño, y más si va a la guardería, pueden pensar que su hijo siempre está malo y que los virus “forman parte de la familia”.

El sistema inmune de un niño de edad preescolar no está totalmente desarrollado. Esto, unido a la asistencia a la guardería o colegio, sitios cerrados con más niños, en época de frío, hace que las infecciones respiratorias víricas abunden. Por tanto, los niños suelen sufrir de seis a nueve resfriados al año para los que el organismo del niño no tiene defensas porque, aunque parecen iguales, cada resfriado es distinto y el organismo tiene que producir anticuerpos en cada infección.

Los resfriados se denominan técnicamente infecciones de las vías respiratorias superiores. Son el resultado de más de 200 virus distintos que afectan a los niños en distintas épocas del año, aunque fundamentalmente en época de frío. Los síntomas varían en función del tipo de virus responsable pero, en general, para los niños pequeños son el dolor de garganta, la fiebre, la irritabilidad, el insomnio, los estornudos, mocos, tos, fiebre o dolor muscular.

Precauciones

Hay que intentar, en la medida de nuestras posibilidades, protegernos y proteger a los de nuestro alrededor, sobre todo a los más pequeños, con una serie de medidas preventivas como:

- Lavarse las manos con agua y jabón frecuentemente. Hay que intentar que los niños hagan lo mismo. Los virus del resfriado pueden sobrevivir en las manos durante varias horas y el contacto mano a mano es una vía de transmisión de la infección.
- Evite tocarse los ojos, la nariz y la boca.
- Mejor sonarse con papeles desechables.
- Evitar fumar en su presencia.



Medicina Biorreguladora
para el cuidado natural de la salud

-Heel



- Evitar los cambios bruscos de temperatura.
- Intentar alejarse de las personas enfermas.
- Además, la alimentación es fundamental para sentirse bien. Hay que empezar el día con buenos desayunos escolares y equilibrar la dieta el resto del día para cubrir todas las necesidades diarias y mantener al sistema inmunológico en plenas facultades.

Tratamiento

En general, los virus del resfriado sobreviven hasta que el sistema inmunitario del niño fabrica los suficientes anticuerpos para destruirlos. Esto significa tiempo, paciencia y cuidados cariñosos, que son los mejores aliados en el tratamiento de los síntomas del resfriado.

Además, el tratamiento con medicamentos de acción biorreguladora, consigue reforzar la respuesta inmune natural inespecífica en los casos de infección viral, mejorando la evolución del cuadro catarral con síntomas leves y tiempos de recuperación más cortos. El tratamiento con Medicina Biorreguladora se puede utilizar con carácter preventivo en situaciones de riesgo así como ante los primeros signos de resfriado para prevenir el desarrollo de síntomas agudos. Te contamos cuáles son estos medicamentos de acción biorreguladora en esta [newsletter](#).



Medicina Biorreguladora
para el cuidado natural de la salud

-Heel