



¿QUÉ DICE EL COLOR DE LOS MOCOS ?

Evolución del moco



Exceso de mocos, ¿qué puedo hacer?

Existen varias opciones que pueden ayudar a tu pequeño a expulsar los mocos, algunas de ellas son:

Lavados nasales

- Coloca al niño de lado; en lactantes, sostén bien la cabeza.
- Aplica solución salina en una fosa nasal, sin introducir la punta profundamente.
- Deja que el líquido entre y salga libremente. Nunca lo fuerces.
- Sonarse la nariz una vez terminado el lavado.
- Usa solución comercial o preparada con agua estéril, destilada o previamente hervida y enfriada; nunca con agua de la llave sin tratar.

Fisioterapia respiratoria

- La mano se coloca en forma de copa, con los dedos juntos y la palma ahuecada.
- Coloca al niño boca abajo o sentado, inclinado hacia adelante.
- Percute de forma rítmica y constante sobre la pared torácica en dirección ascendente.
- Evita percutir la zona de la columna, esternón y cuello.
- La percusión debe ser suave y no causar dolor, llanto intenso ni cambios de coloración.
- Evita realizar la percusión después de comer.

Imágenes elaboradas con IA



Bibliografía

ELABORADO POR:
DRA. EDURNE YVONNE TORNERO SÁNCHEZ
DRA. BERENICE VILLALOBOS PEREZ
DRA. VALERIA LAGUNA SÁNCHEZ

REVISADO POR:
DRA. GABRIELLA HERNÁNDEZ

- American Academy of Pediatrics Subcommittee on Diagnosis and Management of Bronchiolitis. (2006). Diagnosis and management of bronchiolitis. Pediatrics.
- American Academy of Pediatrics. Diagnosis and Management of Bronchiolitis. Pediatrics.
- National Institute for Health and Care Excellence (NICE). Bronchiolitis in children: diagnosis and management. Full guideline. NICE;
- Children's Hospital of Philadelphia. Instrucciones para el paciente: Fisioterapia torácica (CPT) para niños menores de 2 años, de Children's Hospital of Philadelphia.
- National Institute for Health and Care Excellence. (2021). Bronchiolitis in children.
- Ralston, S. L., Lieberthal, A. S., Meissner, H. C., Alverson, B. K., Baley, J. E., Gadomski, A. M., Johnson, D. W., Light, M. J., Maraga, N. F., Mendonca, E. A., Phelan, K. J., Zorc, J. J., Stanek-Lopp, D., Brown, M. A., Nathanson, I., Rosenblum, E., Sayles, S., III, Hernandez-Cancio, S., & American Academy of Pediatrics.
- American Academy of Pediatrics. Diagnosis and Management of Bronchiolitis. Pediatrics.