



Enfermedades comunes en la Escuela

Home > Blog > Desarrollo infantil > Enfermedades comunes en la Escuela

16 octubre, 2023 - Maestra Online

Llega la vuelta al cole y los peques que se encuentran en la primera etapa escolar sufren el riesgo de tener ciertas enfermedades o infecciones que son típicas en escuelas o colegios.

Los niños de 0 a 6 años tienen el sistema inmunológico en desarrollo, y, por tanto, son más vulnerables a la hora de contagiarse de ciertas enfermedades, y aunque no suelen ser de carácter grave, sí es cierto que son muy molestas y lo pasan mal.

Las enfermedades comunes de la infancia son una parte normal del crecimiento, y con medidas adecuadas de prevención y tratamiento, la mayoría de las enfermedades pueden ser gestionadas de manera efectiva.

Veamos algunas de estas enfermedades tan características de la etapa de infantil.

- **Resfriado Común**

Un resfriado común es una de las enfermedades **más frecuentes** que los niños experimentan. Es **causado por una infección viral** que afecta principalmente a la nariz y la garganta. Los síntomas pueden incluir secreción nasal, estornudos, tos y ocasionalmente una fiebre leve. Para prevenir la propagación del resfriado común, el peque tiene que lavarse

las manos con frecuencia, evitar el contacto cercano con personas infectadas y practicar una buena higiene.

El tratamiento para un resfriado común generalmente incluye mucho descanso, beber líquidos y usar los medicamentos que le recete el pediatra para aliviar síntomas específicos como la congestión o la fiebre.

- **Gripe (Influenza)**

La gripe, comúnmente conocida como influenza, es una **enfermedad respiratoria altamente contagiosa causada por el virus de la influenza**. Los síntomas de la gripe pueden incluir fiebre, escalofríos, dolor de garganta, dolores corporales, fatiga y tos. Los niños con gripe también pueden experimentar vómitos y diarrea.



Como con el resfriado, se les puede animar a lavarse las manos regularmente, evitar el contacto cercano con personas enfermas y cubrirse la boca y la nariz al toser o estornudar.

Si el peque contrae la gripe, asegúrate de que descanse lo suficiente y beba líquidos para mantenerse hidratado. Los medicamentos pueden ayudar a aliviar los síntomas.

- **Gastroenteritis (Gripe Estomacal)**

La gastroenteritis, comúnmente conocida como gripe estomacal, es una **inflamación del estómago e intestino causada por infecciones virales o bacterianas**. Los síntomas pueden incluir vómitos, diarrea, dolor abdominal, fiebre y, a veces, náuseas.

Para prevenir la propagación de la gripe estomacal hay que inculcar la importancia de lavarse las manos antes de las comidas, después de usar el baño y después de entrar en contacto con alguien enfermo. Asegúrate de que se mantengan hidratados bebiendo abundantes líquidos.

Si el niño tiene gripe estomacal, es importante **permitirle que su estómago descanse evitando los alimentos sólidos** durante unas horas.

Sustituyendo los líquidos con pequeños sorbos de agua, caldo o una solución de electrolitos.

- **Infecciones de Oído**

Las infecciones de oído son una **enfermedad común de la infancia**, especialmente entre los niños más pequeños. A menudo **ocurren después de una infección respiratoria como un resfriado**. Los síntomas incluyen dolor de oído, dificultad para oír, irritabilidad y fiebre.

Prevenir las infecciones de oído puede ser un desafío, ya que a menudo son **causadas por infecciones virales o bacterianas**. Sin embargo, puede reducir el riesgo amamantando (si es posible), evitando la exposición al humo y practicando una buena higiene de manos. Evitar la alimentación con biberón en posición horizontal también puede ayudar.

Si el niño es diagnosticado con una infección de oído, su médico puede recomendarle analgésicos, antibióticos (si es bacteriana) o gotas para los oídos para aliviar los síntomas y tratar la infección.

- **Enfermedad de boca, mano, pie**

La enfermedad de boca, mano, pie es una **infección viral contagiosa** común en niños pequeños. Se caracteriza por **llagas o ampollas en la boca, las manos y los pies**. Otros síntomas pueden incluir fiebre, dolor de garganta y una erupción en las nalgas.

Para prevenir la propagación de la enfermedad, hay que mantener una buena higiene, como lavarse las manos con frecuencia y evitar el contacto cercano con personas infectadas. La **desinfección de superficies y juguetes** también puede ayudar.

El tratamiento para la enfermedad de boca, mano, pies se centra en aliviar los síntomas. Anima al peque a beber líquidos para mantenerse hidratado y **proporcionale** alimentos blandos que sean fáciles de tragar. Consulta a un pediatra antes de administrar cualquier analgésico.