

# Congestión nasal, estornudos e hipo en recién nacidos

Es común que los bebés recién nacidos presenten congestión nasal y estornudos ocasionales. El hipo también es muy frecuente.

## Congestión nasal

Los bebés sólo pueden respirar por la nariz (no por la boca). Por lo que, cuando su bebé tiene la nariz obstruida con mucosidad, se le hace mucho más difícil respirar. Si esto pasa, use aerosol o gotas nasales de solución salina (disponibles sin receta) para aflojar la mucosidad. También puede usar una jeringa de succión para limpiar la nariz de su bebé.

## Cómo usar la jeringa de succión

- Apriete la jeringa.
- Ponga solo la punta de la jeringa en la nariz del bebé. Tenga cuidado de no insertarla profundamente en la nariz.
- Deje de apretar la jeringa. Este proceso aspirará la mucosidad de la nariz del bebé hacia la jeringa.
- NO coloque la punta en la nariz del bebé antes de apretar la jeringa. Si lo hace, soplará la mucosidad más arriba de la nariz.
- Despues de utilizar la jeringa de succión, lávela bien con agua caliente y jabón. Mantenga la punta dentro del agua jabonosa, apriete y libere la jeringa. Así se llenará con agua caliente jabonosa. Luego retire la punta del agua y vuelva a apretar la jeringa para vaciarla. Repita este proceso con agua caliente limpia para sacar el jabón de la jeringa.
- Si tiene alguna pregunta acerca de cómo utilizar la jeringa de succión, consulte con el proveedor de atención médica de su bebé.



## Estornudos

Los bebés estornudan para eliminar microbios y partículas de la nariz. Es una defensa natural contra las enfermedades. Estornudar de vez en cuando es normal. No

necesariamente significa que el bebé está resfriado.

## Hipo

El hipo es normal y parece no molestar a los bebés. Succiónar un chupón (chupete) o amamantar al bebé puede ayudar a eliminar el hipo. Si no se pasa, no se preocupe. Se le pasará solo.

## Cuándo llamar al proveedor de atención médica de su hijo

Estornudar o tener congestión nasal de vez en cuando, por lo general, no significa que haya algún problema. Sin embargo, si esto ocurre a menudo podría significar que el bebé está resfriado o tiene algún otro problema de salud. Llame al proveedor de atención médica si a su bebé le sucede lo siguiente:

- Tose
- Estornuda con frecuencia
- Tiene dificultad para respirar
- Come menos de lo normal
- Está más somnoliento o tiene menos energía de lo normal
- Tiene fiebre de 100.4 °F (38 °C) o superior, o según le indique el proveedor