**Consejos para padres durante la escasez de paracetamol e ibuprofeno**

**Lo que debe saber sobre la fiebre y el dolor en los niños:**

* La fiebre es una temperatura de 100. 4 °F (38.0 °C) o más.
* En los bebés y niños mayores, nos preocupa más la deshidratación o la dificultad para respirar que la fiebre en sí.
* Llame a su equipo pediátrico de inmediato en caso de fiebre en bebés menores de tres meses.
* Si su hijo duerme o juega cómodamente, no es necesario que le dé medicamentos para disminuir la fiebre. El medicamento es más útil para tratar las molestias.

**Si tiene acceso a ibuprofeno (Motrin, Advil, otras marcas) o paracetamol (Tylenol u otras marcas)**

* No compre medicamentos antifebriles para más de una semana. Deje suficiente en las estanterías para otras familias con niños enfermos.
* No utilice fórmulas para adultos (como comprimidos cortados o triturados) sin hablar con su equipo pediátrico sobre la dosis segura. Es importante administrar la dosis según el peso del niño.
* Puede utilizar supositorios rectales de paracetamol si están disponibles. La misma dosificación.
* Siempre revise la tabla de dosificación, tanto si utiliza un producto conocido como si es de una marca nueva.
* No le dé paracetamol con más frecuencia que cada 4 horas (y no más de 5 dosis al día).
* No le dé ibuprofeno con más frecuencia que cada 6 horas (y no más de 4 dosis al día).
* Si también está usando medicamentos de venta libre para el resfrío, verifique que no contengan paracetamol o ibuprofeno. La intención es no «duplicar la dosis» del medicamento para la fiebre.

**¿Qué hacer si no tiene paracetamol ni ibuprofeno?**

* Use baños para bajar la temperatura de su hijo, pero hágalo de manera segura:
* Sí: baños tibios.
* Nada de baños fríos. Provocan escalofríos y pueden aumentar la temperatura del niño.
* Nada de baños con alcohol. El alcohol puede absorberse a través de la piel y provocar una intoxicación.
* Nunca le dé aspirinas a su hijo para bajar la fiebre, ya que pueden causarle el síndrome de Reye, una enfermedad mortal.
* Use compresas/toallitas frías y húmedas entre baños, especialmente en la frente, el cuello o el pecho.
* Anime a su hijo a beber líquidos con frecuencia. El enemigo es la deshidratación. Si su hijo no está produciendo una cantidad normal de orina, dele más líquidos. El jugo, la sopa o la leche funcionan. Llame a su equipo pediátrico si la cantidad de orina sigue siendo baja.
* Las paletas heladas son una excelente manera de persuadir a los niños para que ingieran más líquidos y disminuyan su temperatura.   
    
  Tenga cuidado con el uso de tés de hierbas en los niños. Los ingredientes no están regulados por la FDA y pueden causar daño a los niños pequeños, cuyo metabolismo es diferente al de los adultos.

**¿Qué pasa con otros síntomas que estos medicamentos podrían tratar?**

* *Para el dolor de garganta*, ofrezca líquidos fríos o calientes como batidos o té de limón para aliviar el dolor.
* *Para la congestión nasal*: use un humidificador de vapor frío en la habitación de su hijo y gotas de solución salina en las fosas nasales para ablandar la mucosidad (luego retírela con una pera de succión).
* *Para los dolores de cabeza y corporales* provocados por virus como la gripe: utilice compresas calientes o frías y masajee la extremidad dolorida.

**Llame a su equipo de atención médica o vaya a la sala de emergencias si su hijo experimenta lo siguiente:**

* Dificultad para respirar
* Síntomas parecidos a los de la gripe que mejoran, pero luego vuelven a empeorar
* Dolor o presión en el pecho
* Confusión o función mental peor de lo normal
* Vómitos intensos o persistentes
* Pérdida de apetito o rechazo a comer o beber
* Disminución de la orina o pañales mojados

Si le preocupa que su hijo haya ingerido demasiada cantidad de medicamento o un medicamento nocivo para los niños, llame al Servicio de Toxicología, al 1-800-222-1222.