Image not found
https://enfamilia.aeped.es/sites/enfamilia.aeped.es/themes/enfamilia/images/enfamilia_logo_pdf.png
Image not found
https://enfamilia.aep
Image not found
https://enfamilia.aeped.es/sites/en
eped.es/th

Cómo cuidar a un niño enfermo

Cuando un niño está enfermo necesita descanso. Es preferible que se quede en casa mientras dure la enfermedad, jugando tranquilamente, leyendo cuentos y realizando la actividad que desee. Puede que no duerma bien por la noche, y que prefiera dormir durante cortos periodos de tiempo durante el día, coincidiendo con los momentos en que esté cansado y no se encuentre bien.

Cada niño puede tener necesidades diferentes. Algunos prefieren estar en la cama, y otros en el sofá o moviéndose por la casa. Es recomendable que la habitación no esté muy caliente, abrir las ventanas para ventilar y mantener una higiene adecuada.

En los primeros días puede que no quiera comer. No hay que empeñarse en que tome alimentos a menos que el niño lo desee, ya que de forma progresiva suelen recuperar el apetito. Conviene que beba líquidos para que esté hidratado (agua, zumos, caldos, infusiones). Cuando tenga apetito se le pueden ofrecer pequeñas porciones de alimentos y líquidos nutritivos como la leche.

El cuidado de un niño enfermo conlleva mucho cansancio a los padres. Es recomendable buscar apoyo y tratar de descansar. Y recordar que no hay que tumbarse en el sofá y dormirse con un bebé, incluso aunque ambos estén muy cansados.

Muchas enfermedades, como la gripe y los catarros, se curan por sí solas con las medidas habituales. No hay que utilizar antibióticos a menos que el médico lo recomiende, y recordar que los medicamentos anticatarrales no se deben utilizar en los niños pequeños.

Para aliviar el malestar se pueden utilizar los antitérmicos y analgésicos habituales como el paracetamol y el ibuprofeno. Se evitará la aspirina en los niños menores de 18 años.

Conviene seguir las recomendaciones de los profesionales sanitarios hasta la recuperación y en cualquier caso permanecer en casa al menos hasta 24 horas después de que la fiebre haya desaparecido.

Artículo publicado el 3-2-2014, revisado por última vez el 9-2-2024

La información ofrecida en En Familia no debe usarse como sustituta de la relación con su pediatra, quien, en función de las circunstancias individuales de cada niño o adolescente, puede indicar recomendaciones diferentes a las generales aquí señaladas.

Este texto, perteneciente a la Asociación Española de Pediatría, está disponible bajo la licencia Reconocimiento-NoComercial-CompartirIgual 3.0 España.

Más referencias sobre el tema e información sobre los autores en:

https://enfamilia.aeped.es/temas-salud/como-cuidar-un-nino-enfermo