



## La Nariz Mocosa en el Establecimiento de Cuidado Infantil (El Niño Mocososo)

### ¿Qué cosa es?

Los niños con narices mucosas y tapadas representan un problema familiar en el establecimiento de cuidado infantil. La nariz está forrada o cubierta por un tejido fino llamado “Amucosa” que es el que produce mocos (las secreciones pegajosas y resbalosas) para proteger la nariz. Si este tejido está irritado, se inflama, causando un bloqueo y bastantes mocos. Algunas veces los niños andan mucosos con frecuencia y produciendo una secreción nasal verde, lo que es una condición incómoda tanto para el niño como para el proveedor de cuidado infantil.

### ¿Qué causa la nariz mucosa?

1. *El resfrío común* es la causa más común de la nariz mucosa y de la nariz mucosa crónica. Generalmente esta es una enfermedad leve, y el niño se ve y se siente bien. El niño usualmente se mejora sin ayuda en el término de una semana. La nariz mucosa usualmente va acompañada de una fiebre leve. También puede ir acompañada de otros síntomas como dolor de cabeza, dolor de garganta, tos, estornudos frecuentes, ojos llorosos, y cansancio.

**El niño que padece de resfrío común usualmente se mejora sin ayuda en el término de una semana.**

2. *Las alergias* también pueden causar una nariz mucosa. Usualmente ocurre después de los 2 años de edad, después que el niño ha sido expuesto numerosas veces a los alérgenos (las sustancias que pueden producir reacciones alérgicas en el cuerpo). Puede ocurrir durante una temporada específica o después de ciertas exposiciones (ej. al césped o a los animales). La nariz mucosa alérgica puede estar también asociada a ojos llorosos y con picazón, a estornudos, asma, y a frotarse la nariz y a una cantidad grande de mocos transparentes.

**Con alergias, la nariz mucosa puede dilatar semanas o meses, pero no hay fiebre ni la propagación de infecciones a otras personas.**

3. Ocasionalmente se puede desarrollar una *infección bacterial (sinusitis infecciosa)* y puede contribuir a la continuación de la enfermedad. Esta infección adicional del resfrío común tiende a causar mocos verde-amarillentos y algunas veces dolor que continúa por más de 10 días.

**Recuerde que los mocos amarillos o verdes no significan que el niño padece de una infección bacterial. Es normal que los mocos se vuelvan espesos y que cambien de color a medida que el resfrío viral común progresa.**

### ¿Deben preocupar más los mocos verdes que los mocos transparentes?

En la mayoría de los casos los mocos nasales verdes (que usualmente se encuentran hacia el final del resfrío) **no son** más contagiosos que los mocos transparentes más bien pueden ser **menos** contagiosos. La nariz mucosa usualmente comienza con mocos transparentes que después se vuelven blancuzcos o verdosos a medida que el resfrío se seca y se mejora, (a medida que el cuerpo desarrolla sus defensas contra el virus, las células blancas se introducen en los mocos y le dan el color verdoso). Una cantidad menor de mocos verdes y más espesos, usualmente significa que el resfrío se está “secando” y está llegando a su fin.

**Una nariz que permanece con mocos verdes más de 10 a 14 días, y que puede estar acompañada de fiebre, dolor de cabeza, tos, y mal aliento, puede ser una señal de sinusitis infecciosa. Al niño se le debe hacer una evaluación médica y puede necesitar un tratamiento con antibióticos.**

### ¿Cuándo son contagiosos los niños?

La cantidad de virus presente es usualmente más alta de 2 a 3 días *antes* de que una persona desarrolle los síntomas de la enfermedad y continúan estando presente de 2 a 3 días después de que empiezan los síntomas.

Como resultado, los niños infectados ya están propagando el virus antes de que empiecen a sentirse enfermos.

## ¿Si están infectados )cómo se propaga la infección?

Si ya está infectado el niño puede propagar los gérmenes a otros cuando:

- Se limpia la nariz con las manos y después toca a personas y objetos
- El proveedor le limpia las narices al niño y no se lava las manos
- Comparte los juguetes que se ha llevado a la boca con otros niños
- Lo besan en la boca
- Hay poca ventilación

## ¿Cómo podemos limitar la propagación de la infección?

Para prevenir la propagación de la infección de enfermedades respiratorias y de nariz mucosa, siga prácticas saludables de rutina:

- Evite el contacto con los mocos tanto como sea posible.
- Asegúrese de que todos los niños y el personal usen buenas prácticas de lavado de manos especialmente después de limpiar o soplar las narices; de tener contacto con cualquier secreción nasal, de la garganta o de los ojos; y después de preparar o comer alimentos.
- No permita que se compartan los alimentos.
- Limpie y sanitice diariamente todos los juguetes que los niños se han llevado a la boca y todas las superficies que se usan frecuentemente.
- Lave cuidadosamente los utensilios de comer en agua caliente con jabón; después desinfectelos y déjelos secar al aire. Use una lavadora de trastos siempre que sea posible. Use utensilios desechables siempre que sea posible.
- Asegúrese de que el establecimiento esté bien ventilado, que los niños no estén apiñados, especialmente cuando están durmiendo la siesta en colchonetas o en catrechitos. Abra las ventanas y deje que los niños jueguen afuera el tiempo que más sea posible aún en el invierno.
- Enséñele a los niños a toser y estornudar tapándose con los codos, use pañuelos desechables para limpiarles las narices, bote los pañuelos desechables en el basurero, y láveles las manos.

## ¿Cuándo debe el niño quedarse en casa?

Los reglamentos de exclusión deben estar basados en sus reglamentos universales de enfermedad, no únicamente por el color de los mocos. Por ejemplo, usted puede decidir excluir a cualquier niño que está muy enfermo para participar, no importa la causa o el color de las secreciones.

Usualmente no se recomienda excluir a los niños con la nariz mucosa y con infecciones respiratorias leves siempre y cuando el niño se sienta bien y pueda participar cómodamente y no requiera un nivel de cuidado que pueda poner en peligro la salud y la seguridad de otros niños.

La exclusión es de pocos beneficios ya que el virus está propicio a propagarse aún antes de que aparezcan los síntomas.

## ¿Cuándo se debe enviar al niño a su casa o hacer que lo vea un médico?

- Cuando un niño se ve enfermo, tiene salpullido, tiene fiebre de mas de 102 grados (oral), o tiene dificultad para respirar o parece tener algún dolor.
- Si tienen dolor de oídos y/o se jalan las orejas, lo que puede ir acompañado de fiebre e inquietud (Señales de una infección del oído).
- Enrojecimiento, irritación, y costras en la piel alrededor de la nariz y la boca.
- Cuando un bebe, especialmente menor de 4 meses, no se mejora en un par de días o se empeora.

### Referencias

*Healthy Young Children, A Manual for Programs*, edición de 1995.

*Keeping Kids Healthy, Preventing and Managing Communicable Diseases in Child Care*, edición preliminar.

*The ABCs of Safe and Healthy Child Care, A Handbook for Child Care Providers*, Centers for Disease Control and Prevention, Publicado por CDC.

By A. Rahman Zamani, MPH (3/12/1998)

California Childcare Health Program • 1333 Broadway, Suite 1010 • Oakland, CA 94612-1926

Telephone 510-839-1195 • Fax 510-839-0339 • Healthline 1-800-333-3212 • [www.ucsfchildcarehealth.org](http://www.ucsfchildcarehealth.org)