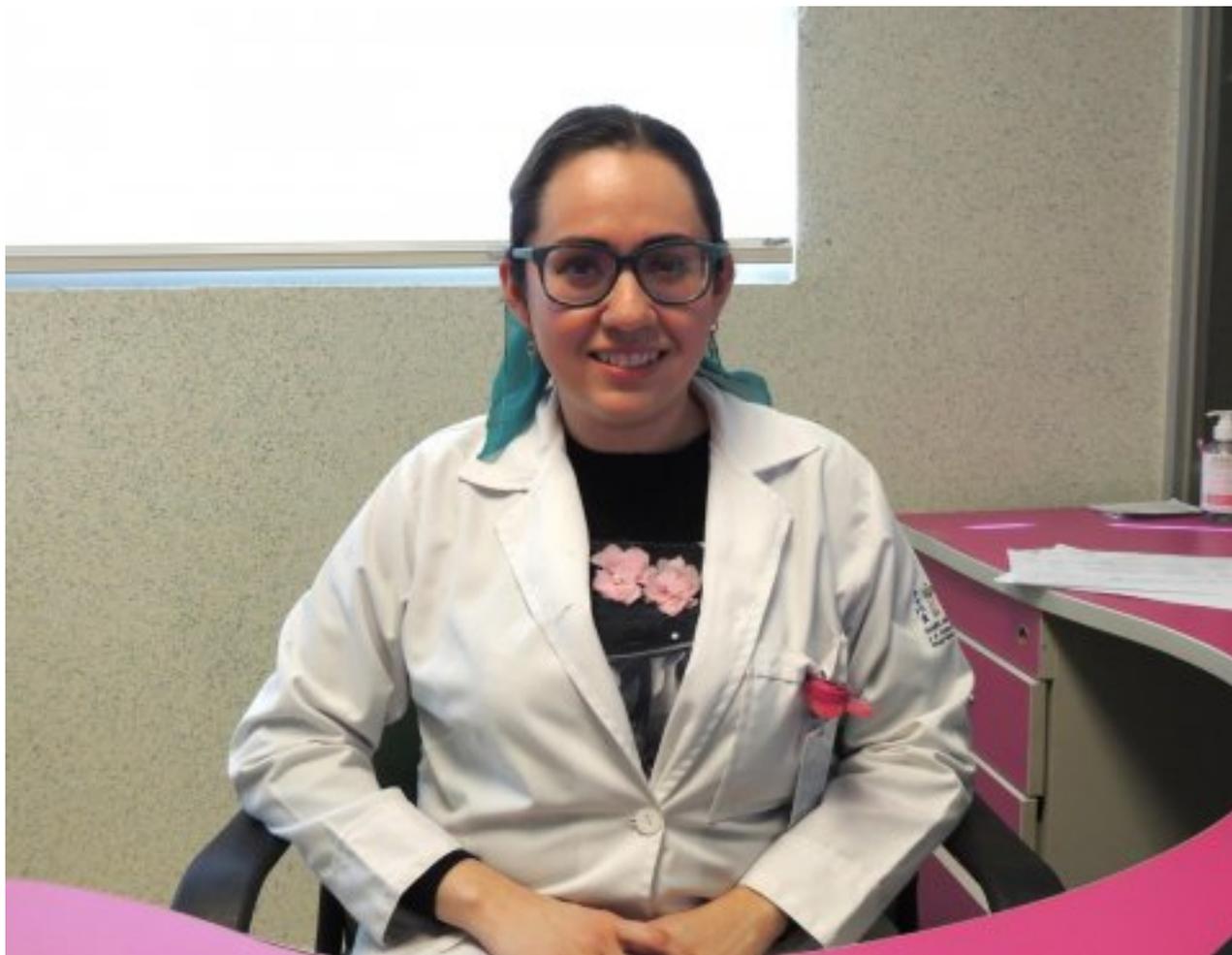


[Recomienda Hospital del Niño proteger a menores ante regreso a clases](#) [1]



[2]

Las infecciones virales siguen presentes, por ello es recomendable mantener hábitos saludables

Al retomarse las actividades escolares, el Hospital del Niño Morelense (HNM) recomendó a madres y padres de familia abrigar bien a las y los menores de edad cuando salen a la escuela, ya que por las mañanas y noches se presentan las temperaturas más bajas, además de mantener una adecuada hidratación y buena alimentación.

Lizzeth Guadarrama Rivera, coordinadora de Prevención de Infecciones Asociadas a la Atención de la Salud, indicó que la temporada invernal continúa y con ello, la presencia de influenza y el Virus Sincicial Respiratorio (VSR), por lo que es importante no exponer a niñas, niños y adolescentes a cambios bruscos de temperatura, tapar principalmente nariz y boca al salir a espacios abiertos, mantener el lavado frecuente de manos, entre otros.

“Si nuestros niños presentan escurrimiento nasal o tos es preferible no llevarlos a la escuela para evitar que existan más contagios, y debemos enseñarles a cubrirse con el antebrazo la boca y nariz al estornudar o toser. Por supuesto

llevarlos a revisión médica en su centro de salud o médico de confianza”, dijo.

Guadarrama Rivera hizo énfasis en mantener una buena alimentación, preparando preferentemente alimentos en casa y que lleven su “lonchera saludable”, que debe contener ración de fruta, verdura, cereales y en menor cantidad leguminosas y alimentos de origen animal, como se recomienda en el plato del buen comer.

Reiteró que mantener un esquema de vacunación completo ayuda a prevenir y hacer frente a las enfermedades que se presentan entre la niñez morelense.

[VIDEO: Recomendación Hospital del Niño proteger a menores ante regreso a clases](#) [3]

0

URL de origen: <https://salud.morelos.gob.mx/node/6854>

Enlaces

[1] <https://salud.morelos.gob.mx/noticias/recomienda-hospital-del-nino-protoger-menores-ante-regreso-clases>

[2] https://salud.morelos.gob.mx/sites/salud.morelos.gob.mx/files/noticias/principal/image_6487327_1_28.jpg

[3] https://youtu.be/UMvw7T5B_mo