

¡Prepárese para un gran año escolar!

Preparar a su hijo(a) para el regreso a clases significa conseguir útiles como crayones, lápices y cuadernos, pero también significa pensar en la comodidad, la salud y el bienestar de su hijo(a).

Consejos de la American Academy of Pediatrics¹ para el período escolar

Hable con el médico de su hijo(a) si tiene alguna duda o inquietud.



Ayude a su hijo(a) a dormir lo suficiente; esto es esencial para tener éxito en la escuela.

La mayoría de los niños en edad escolar necesitan de 9 a 12 horas, mientras que los adolescentes necesitan de 8 a 10. Para promover un buen sueño, mantenga la misma hora de acostarse y de despertarse todos los días.



Reconozca el estrés en su hijo(a) y pídale ayuda a su pediatra.

Algunas señales que hay que tener en cuenta incluyen preocuparse mucho, cambios en los hábitos de dormir y comer y dificultades con el trabajo escolar.



Proporcione un desayuno saludable que contenga proteínas.

Los estudios demuestran que los niños que consumen un desayuno nutritivo tienen un mejor rendimiento en la escuela, se concentran mejor y tienen más energía.



Verifique que la mochila de su hijo(a) no pese más del 10% al 20% de su peso corporal.

Las mochilas demasiado pesadas pueden provocar graves dolores de espalda, cuello y hombros, así como problemas de postura.



Refuerce los hábitos de lavado de manos.

Anime a su hijo(a) a lavarse las manos en la escuela para eliminar los gérmenes. Practiquen juntos una buena técnica: utilice jabón y agua, frote por 20 segundos, enjuague y seque.



Asegúrese de que las vacunas de su hijo(a) se encuentren al día.

Si no sabe qué vacunas necesita su hijo(a), pregúntele a su pediatra.



Reduzca las lesiones y prevenga las enfermedades causadas por el calor tomando descansos durante los entrenamientos y los juegos.

Después de todo, es importante que los deportes sean agradables. 9 de cada 10 niños dijeron que la "diversión" es la razón principal por la que juegan.

Tenga a mano productos para calmar y cuidar a su hijo(a) durante todo el año. Consulte el dorso >>

Mantenga nuestra familia de productos a su lado a medida que su hijo(a) aprende y crece

Johnson & Johnson

PEDIATRICS

Ya sea que tenga un bebé en la guardería o niños mayores en la escuela media, nuestras marcas pueden ayudarlo a prepararse para un año de salud y bienestar.



Use los productos solo como se indica.

Tenga a mano alivio para el dolor y la fiebre

TYLENOL® y MOTRIN® son las marcas que los pediatras más utilizan para sus propios hijos.†

TYLENOL®

- Comienza a reducir la fiebre en tan solo 15 minutos
- Suave con el estómago

MOTRIN®

- Dura hasta 8 horas
- Nada funciona más rápido para la fiebre‡



¿Sabía que...?

La temperatura de un niño puede cambiar a lo largo del día y aun así estar dentro del rango normal.



Use los productos solo como se indica.

Calme y alivie la piel seca e irritada

AVEENO® para Bebés

- La marca más recomendada por los pediatras§
- Alivio calmante para la piel seca, irritada y con picazón debido al eccema
- Hipoalérgico, libre de esteroides y fragancias

DESITIN®

- La marca más recomendada por los pediatras
- Ungüento de cicatrización multiuso que trata y protege contra la dermatitis del pañal; la piel agrietada; la piel irritada; la sequedad por el viento y el clima; las cutículas secas; los cortes y rasguños; y las quemaduras menores



¿Sabía que...?

La piel seca, agrietada o irritada puede ser una distracción durante el día escolar.



¿Sabía que...?

Los ácaros del polvo, el moho y los hongos dentro de una escuela podrían desencadenar las alergias de su hijo(a).



Use los productos solo como se indica.

Planifique con anticipación para las alergias

ZYRTEC® y BENADRYL® alivian estornudos, goteo nasal, ojos acuosos e irritados y picazón de nariz o garganta.

ZYRTEC® para Niños

- La marca más recomendada por los pediatras para las alergias infantiles||
- Le brinda a su hijo(a) 24 horas de alivio de sus síntomas de la alergia

BENADRYL® para Niños

- Alivio en el que puede confiar cuando los niños más lo necesitan
- Se presenta en las fórmulas Allergy and Allergy Plus Congestion



¿Sabía que...?

Si su hijo(a) no duerme lo suficiente, le puede resultar más difícil concentrarse en la escuela.



Suplementos dietéticos

*Ayude a promover un sueño tranquilo**

Zarbee's® con Melatonina, para el Sueño de los Niños

- Para el insomnio ocasional*
- Seguro y eficaz para niños de 3 a 12 años, o más
- No tiene fármacos y no crea dependencia
- Dosis respaldada clínicamente, apropiada para la edad en incrementos de 1 mg

*Estas declaraciones no han sido evaluadas por la Administración de Alimentos y Medicamentos. Este producto no está destinado a diagnosticar, tratar, curar o prevenir ninguna enfermedad.

†De pediatras con niños de 2 a 11 años.

‡Entre las marcas de venta libre (OTC).

§En las categorías combinadas de loción para niños pequeños y bebés en los EE. UU.

||Entre los antihistamínicos orales de venta libre.

Las marcas comerciales de terceros usadas en el presente documento son marcas registradas de sus respectivos propietarios.

© Johnson & Johnson Consumer Inc. 2022 JNJP-74531