

# ¿Alergias en la escuela?



Si las alergias en espacios interiores atacan en la escuela, de esta manera podrá ayudar a su hijo(a)

## ¿Podrían ser alergias?

Si su hijo(a) estornuda durante la jornada escolar, considere los síntomas:

### Posiblemente sean alergias



**ESTORNUDOS**



**GOTEO NASAL**



**OJOS IRRITADOS,  
ACUOSOS**



**PICAZÓN EN LA NARIZ  
O LA GARGANTA**

### Probablemente NO sean alergias



**FIEBRE**



**TOS**



**DOLOR DE  
GARGANTA**

## Los síntomas de la alergia pueden hacer que aprender sea más difícil

Todo ese estornudar, sonarse la nariz y lagrimear pueden afectar en su hijo(a):

- la capacidad para concentrarse en el trabajo escolar
- la calidad de sueño
- el desempeño en deportes y actividades extraescolares

Por eso es tan importante ayudar a reducir la exposición de su hijo(a) a los desencadenantes de las alergias tanto en el hogar como en la escuela.

## Desencadenantes inesperados de la alergia

- Pelaje y caspa de una mascota de la clase, o que está adherida a la ropa de un compañero de clase
- Ácaros del polvo (pequeños organismos que pueden vivir en alfombras y cojines)
- Moho en baños o vestuarios húmedos

**Ayude a su hijo(a) a estar menos expuesto a los desencadenantes de la alergia en la escuela. Encuentre consejos en la página 2 >**

Obtenga más información acerca de cómo controlar las alergias de su familia en [Zyrtec.com](http://Zyrtec.com)



# Ayude a su hijo(a) a evitar los desencadenantes de la alergia en la escuela

## Hable con la escuela

- Solicite a los funcionarios escolares que mantengan las mejores prácticas antialérgicas, como usar filtros de aire de alta eficiencia y tomar precauciones contra el moho
- Informe a los maestros de su hijo(a) y a la enfermera de la escuela acerca de las alergias de su hijo(a) y los medicamentos que toma

## Eduque a su hijo(a)

Enséñele a su hijo(a) a evitar las cosas que desencadenan los síntomas de la alergia

- Mantenerse alejado de las mascotas peludas en el aula
- No sentarse ni acostarse en el suelo durante el tiempo de descanso. Las alfombras y cojines pueden contener ácaros del polvo

## Haga sugerencias



### ALERGIAS A LAS MASCOTAS

Sugiera que la clase adopte criaturas sin pelo como un pez o un lagarto, en lugar de un hámster o un conejillo de Indias



### ALERGIAS AL PÓLEN

Pídale al docente que mantenga las ventanas cerradas los días de alta concentración de polen

## ZYRTEC® para Niños: Alivio completo de los síntomas de alergia en los niños durante 24 horas†

Cómoda dosis diaria en una variedad de sabores y fórmulas que se adapta a las necesidades de cada familia

Use los productos sólo como se indica.



\*Entre los antihistamínicos orales de venta libre.

†Alivia estornudos, goteo nasal, ojos acuosos e irritados y picazón de nariz y garganta.