



## ¿Qué son los mocos?

Mocos voladores

Mocos vela

Mocos viajeros

Cuando nos ponemos enfermos con resfriados, infecciones o alergias, se produce un exceso de mocos.



Los mocos son esa **secreción resbaladiza y pegajosa** que no puede ser absorbida por nuestro cuerpo, por lo que el cuerpo se defiende haciendo que salgan.

Su nombre viene de la "amucosa", un tejido fino que forra nuestra nariz por dentro para humedecerla y que no se irrite por el aire seco.

Los hay transparentes, **amarillentos** y **verde claro u oscuro**

Ese color depende de su origen. Si hay infección, la llegada de gran cantidad de glóbulos blancos cambia la estructura de ese moco y le da un color amarillo verdoso.

**Hay mocos velas, mocos voladores y mocos viajeros que recorren tu cuerpo.**

Los hay líquidos, que caen como "velas", goteando por la nariz. **¡Que mala impresión!**

Suéñate y nunca caigas en la tentación de comértelos porque los mocos viajeros son terribles, sigue leyendo y verás.

Los mocos voladores salen disparados por la boca. **PUFFFFF ¡QUE ASCO!**

Esto pasa porque la nariz y la garganta se comunican y al estornudar **salen**. Mejor es que no se te escape ningún moco volador.

Al estornudar, ¡tápate la boca con el brazo o un pañuelo!

Hay otros peores aún, son los mocos viajeros.

La nariz también se comunica con el oído,

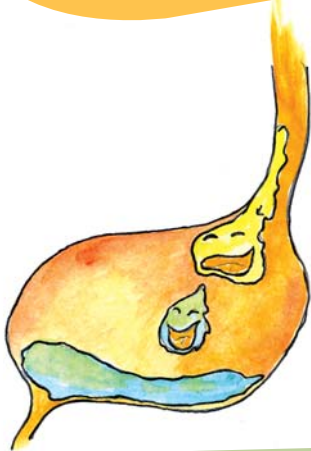
por ello los mocos pueden subir al

oído o hacia la cabeza, y causarte

infecciones que son molestas

6





y puedes terminar enfermo en la cama.

También pueden bajar por la garganta y formar una balsa de mocos en el estómago que provoca náuseas y hace que vomites.

### Vaya mal rato, por no sonarte.

Finalmente, pueden salir en la caca. ¡Mejor ni verlos!

### Lo que te debe quedar claro sobre los mocos:

- > Es importante que te suenes y los saques fuera. Ya sabes la mejor vía es la nariz.
- > Comerse los mocos, es como comerse elementos del cuerpo que son para eliminar. No te comas la basura de tu cuerpo.
- > Nunca automedicarse. Sí, beber mucha agua y comer frutas y verduras.

Si los mocos van a más y no es un simple resfriado, hay que visitar al pediatra. Él sabrá si es por una alergia, un virus o una bacteria y cómo combatirlos adecuadamente. Nada de jarabes sin recomendación del médico.

**PSSST.** Se me olvidaba, cuidado con los mocos secos. Sí, los pesados esos que no salen, no caigas en la tentación de llevarte los dedos a la nariz. Usa pañuelos desechables.

Si quieres **saber más** sobre los resfriados y los mocos te recomendamos una página web muy divertida. Búscala a través del portal infantil de la empresa del Estado para el desarrollo de Internet [www.chaval.es](http://www.chaval.es) entra y pincha en educativos, después en la cuarta opción y encontrarás: el resfriado.



7