

Tos, catarro común

Introducción

¿Qué es la tos?

La tos es un mecanismo protector de la vía aérea, cuya finalidad es limpiar las vías respiratorias de las partículas extrañas. La tos puede ser seca (no contiene moco) o productiva (contiene moco).

Puede ser normal toser de vez en cuando pero si la tos es más persistente puede deberse a un resfriado, alergias, problemas pulmonares como EPOC, infección de los senos paranasales, efecto secundario de medicación que se usa para disminuir la tensión arterial (ECAS), reflujo gastroesofágico, tabaco.

¿Qué es la rinorrea?

Es la segregación, y posterior expulsión abundante de líquido por las fosas nasales. Normalmente se debe a un resfriado, pero también puede ser debido a alergias, gripe o pólipos nasales.

Ambos síntomas normalmente van asociados al resfriado común.

¿Qué es un catarro común?

Es una infección leve de las vías respiratorias causada por virus. Los virus pueden albergarse dentro de la boca o la nariz provocando síntomas de resfriado.

Se contagia de persona a persona a través de las gotitas al toser, estornudos o a través de las manos.

Puede ocurrir en cualquier época del año pero es más común en invierno o en temporadas de lluvia.

Es un proceso leve pero pueden surgir complicaciones como neumonía, bronquitis, infecciones del oído, empeoramiento del asma o infecciones de los senos paranasales.

Síntomas y manejo

El diagnóstico normalmente se basa en los síntomas que presenta el paciente. Pueden ser indicadas pruebas diagnósticas como analítica de sangre, radiografías o cultivos en personas de riesgos.

Acuda a su médico@ de referencia si sufre alguna enfermedad bronquial, si el resfriado dura más de diez días, si la fiebre es muy alta o si tiene algunos síntomas diferentes de los anteriores descritos.

No existe tratamiento para curarlo ni para disminuir los días de duración, existen una serie de medicamentos que puede tomar para aliviar los síntomas:



Accede online a tus resultados y gestiona tus citas en el área "Mi Quirónsalud" de quironsalud.com, o en nuestra App.

DESCARGA LA APLICACIÓN



App Store



Google Play

Tos, catarro común

- Analgésicos y antipiréticos, medicación que se usa para aliviar el malestar general y para disminuir la fiebre como el paracetamol y el metamizol.
- Puede usar descongestionantes locales como la oximetazolina (durante 5 días máximo).
- Si la tos es seca puede usar antitusivos (no se recomienda el uso de medicamentos antitusivos, mucolíticos en una tos productiva ya que la tos es un mecanismo reflejo de defensa por lo cual puede ser contraproducente emplearlos).

Recomendaciones al alta

- Deje de fumar.
- Beba abundantes líquidos.
- Lávese las manos con agua y jabón frecuentemente o con productos que contengan alcohol.
- Tápese la boca y nariz con un pañuelo de papel al toser y estornudar y tírelo a la basura después de cada uso.
- Puede usar humidificador.
- Evitar cambios de temperaturas bruscos
- Las medidas caseras como: las bebidas con miel, limón y agua caliente pueden aliviar la tos e irritación.
- Puede tomar analgésicos para encontrarse mejor o medicación para disminuir la temperatura. Nunca suministre aspirina a niños menores de 18 años.
- Puede tomar medicinas para el resfriado que se venden sin receta, si tiene problemas cardiacos consúltelo al farmacéutico.
- Si está congestionado puede hacer lavados nasales con solución salina.



Accede online a tus resultados y gestiona tus citas en el área "Mi Quirónsalud" de [quironsalud.com](https://www.quironsalud.com), o en nuestra App.

DESCARGA LA APLICACIÓN



App Store



Google Play