



TOS Y BRONQUITIS



¿Qué ocasiona la tos y bronquitis?

La tos es uno de los síntomas más frecuentes de las enfermedades juveniles, a aunque puede sonar mal a veces, usualmente no es síntoma de una condición seria. De hecho, el toser es un reflejo saludable e importante que ayuda a limpiar las vías respiratorias en la garganta y pecho. La bronquitis es una infección de los tubos bronquiales que llevan aire a los pulmones. Cuando estos tubos se infectan con un virus, ocurre el hinchazón.

¿Cuáles son los síntomas?

- Tos que produce mucosa – infecciones tanto virales como bacterianas pueden ocasionar mucosidad que tiene un color amarillento o verde.
- Falta de aliento que se empeora con el esfuerzo o actividad moderada
- Respiración sibilante
- Fatiga
- Fiebre de bajo grado
- Malestar en el pecho

¿Cómo contrae uno la tos o bronquitis?

Los virus que ocasionan los resfriados y bronquitis se esparzan en el aire, en las manos de las personas cuando tosen en las manos o cuando tocan algo que tiene partículas de virus en su superficie. El inhalar estos virus puede ocasionar que alguien contraiga el resfriado o bronquitis.

¿Cómo se puede prevenir la tos o bronquitis?

Una de las mejores maneras de prevenir la tos y bronquitis es lavarse las manos frecuentemente con jabón y agua para limpiar los virus que pueden encontrarse en la piel.

¿Cuál es el tratamiento?

La mayoría de los resfriados y bronquitis se desaparecerán por si solos después de varios días o una semana. Cosas que usted puede hacer para sentirse mejor incluyen:

- Tomar muchos líquidos
- Descansar mucho
- Tomar acetaminofén o ibuprofeno para aliviar los dolores musculares y fiebre (NO administre la aspirina a niños menores de 12 años de edad)
- Medicinas para el resfriado de libre venta (que no requieren receta médica)
- Utilizar un humidificador
- Evitar humo de cigarro de segunda mano

¿Cuándo se le debería de llamar a un proveedor de atención médica?

Se le debería de llamar a un proveedor de atención médica si tiene preocupaciones acerca de la fiebre, problemas respiratorios, dolores en el pecho o síntomas que no mejoran o se empeoran.