

# RESFRIADO COMÚN





El resfriado común es una infección viral de la nariz y la garganta

Por lo general es inofensivo, aunque puede que no lo parezca

Muchos tipos de virus pueden causar un resfriado común.

La mayoría de las personas se recuperan de un resfriado común en una semana o 10 días.

# SÍNTOMAS

Los síntomas de un resfriado común suelen aparecer de uno a tres días después de la exposición a un virus que causa resfriado.

Los signos y síntomas, que pueden variar de una persona a otra, pueden incluir los siguientes:

Congestión o goteo nasal

Dolor de garganta

Toser

Congestión

Dolores corporales o dolor de cabeza leves

Estornudos

Fiebre de bajo grado

En general, no sentirse bien

# PARA ADULTOS

Síntomas que empeoran o no mejoran

Fiebre mayor de 101,3 °F (38,5 °C) que dure más de tres días

Fiebre que regresa después de un período sin fiebre

Falta de aire

Silbido al respirar

Dolores intensos de garganta, de cabeza o de los senos paranasales

# PARA NIÑOS

Fiebre de 100,4 °F (38 °C) en recién nacidos hasta las 12 semanas

Fiebre que sube o fiebre que dura más de dos días en un niño de cualquier edad

Síntomas intensos, como dolor de cabeza, dolor de garganta o tos

Dificultad para respirar o sibilancia

Dolor de oído

Extrema irritabilidad

Somnolencia inusual

# FACTORES DE RIESGO

Edad. Los bebés o niños pequeños son los que corren mayor riesgo de resfriarse, especialmente si asisten a centros de cuidado infantil.

Sistema inmunitario debilitado. Tener una enfermedad crónica o un sistema inmunitario debilitado aumenta el riesgo.

Época del año. Es más probable que tanto los niños como los adultos contraigan resfriados en otoño e invierno, pero puedes resfriarte en cualquier momento.

Tabaquismo. Si fumas o te expones a humo pasivo, es más probable que seas propenso a resfriarte y que tengas resfriados más fuertes.

Exposición. Si estás cerca de multitudes, como en la escuela o en un avión, es probable que estés expuesto a virus que causan resfriados.

# COMPLICACIONES

Infección aguda del oído (otitis media). Esto ocurre cuando bacterias o virus entran en el espacio detrás del tímpano. Los signos y síntomas típicos incluyen dolor de oído o el retorno de fiebre después de un resfriado común.

Asma. Un resfriado puede desencadenar sibilancias, incluso si no tienes asma. Si tienes asma, un resfriado puede empeorarlo.

Sinusitis aguda. En adultos o niños, un resfriado común que no se resuelve puede provocar hinchazón e infección (inflamación) de los senos paranasales (sinusitis).

Otras infecciones. Un resfriado común puede provocar otras infecciones, como faringitis estreptocócica, neumonía y laringitis o bronquiolitis en niños. Estas infecciones deben ser tratadas por un médico.

# PREVENCIÓN

Lávate las  
mano

Desinfecta  
tus cosas.

Cúbrete la  
boca al toser.

# TRATAMIENTO

- El tratamiento consiste en antiinflamatorios y descongestivos
- ANALGECIA
- ANTIHISTAMINICOS
- DESCONGESTIVO