



Mi Universidad

Nombre del Alumno: Leticia Desiree Morales Aguilar

Nombre del tema: Enfermedades respiratorias

Nombre de la Materia: Enfermedades infecciosas

Nombre del profesor: Guillermo Del Solar Villarreal.

Nombre de la Licenciatura: Medicina Humana

Semestre: 6°

Introducción

El resfriado común, también conocido como catarro o infección viral de vías respiratorias altas, es una de las enfermedades más prevalentes en la población general y representa una causa significativa de consultas médicas, ausentismo escolar y laboral en todo el mundo. Se trata de una infección viral aguda, autolimitada, que afecta predominantemente las mucosas de la nariz, faringe, senos paranasales y, en menor grado, la laringe y la tráquea.

La enfermedad puede presentarse en cualquier época del año, aunque su incidencia se incrementa notablemente durante los meses fríos debido a la mayor permanencia en espacios cerrados, el hacinamiento y la reducción de la ventilación ambiental. Es causada principalmente por rinovirus, aunque también puede ser provocada por otros virus como coronavirus, adenovirus, virus respiratorio sincitial y parainfluenza, entre otros.

El mecanismo de transmisión es principalmente por contacto directo con secreciones respiratorias contaminadas o a través de aerosoles que se dispersan al toser o estornudar. El periodo de incubación oscila entre 1 a 3 días, y aunque los síntomas suelen ser leves, como rinorrea, congestión nasal, estornudos, tos e irritación faríngea, pueden afectar significativamente la calidad de vida de las personas, especialmente en niños, ancianos o individuos inmunocomprometidos.

A pesar de su naturaleza benigna y autolimitada, el resfriado común constituye un problema de salud pública debido a su altísima frecuencia y al uso innecesario de antibióticos en su manejo, lo que contribuye a la resistencia antimicrobiana. Por ello, el diagnóstico debe ser clínico y claro, evitando pruebas invasivas o tratamientos antibacterianos innecesarios. El manejo debe centrarse en medidas sintomáticas, educación del paciente y prevención de contagios mediante prácticas higiénicas simples como el lavado frecuente de manos.

RESFRIADO COMÚN



DEFINICIÓN

Es una infección viral autolimitada que afecta el tracto respiratorio superior, caracterizada por inflamación de las mucosas nasales y faríngeas, con síntomas como congestión nasal, rinorrea, estornudos, dolor de garganta y tos leve.

ETIOLOGÍA

Causado principalmente por virus, siendo los más comunes:

- Rinovirus (más frecuente)
- Coronavirus
- Virus respiratorio sincitial (VRS)
- Adenovirus
- Virus parainfluenza



CLÍNICA

- Inicio súbito de síntomas
- Congestión y rinorrea nasal
- Estornudos frecuentes
- Dolor o irritación de garganta
- Tos seca o productiva leve
- A veces fiebre baja, especialmente en niños
- Malestar general y cefalea leve

DIAGNÓSTICO

- Clínico, basado en la historia y síntomas característicos
- No se requieren pruebas de laboratorio rutinariamente
- Se descarta infección bacteriana u otras complicaciones si el cuadro no mejora o empeora



TRATAMIENTO

Sintomático:

- Analgésicos y antipiréticos (paracetamol, ibuprofeno) para fiebre y dolor
- Descongestionantes nasales por corto plazo
- Hidratación adecuada
- Reposo relativo

CONCLUSIÓN

El resfriado común es una de las enfermedades infecciosas más frecuentes a nivel global y, aunque generalmente es leve y autolimitada, tiene un impacto considerable en términos de pérdida de productividad, saturación de servicios de salud y uso inapropiado de medicamentos. Su etiología viral, encabezada por los rinovirus, debe guiar un enfoque terapéutico racional basado en el alivio sintomático y en la educación del paciente, evitando el uso innecesario de antibióticos.

Reconocer adecuadamente sus síntomas, diferenciarlo de otras patologías respiratorias y promover medidas preventivas sencillas, como la higiene de manos y la etiqueta respiratoria, son pilares fundamentales para controlar su diseminación. El abordaje clínico debe centrarse en una atención empática, basada en evidencia y enfocada en la seguridad del paciente.

En resumen, el manejo adecuado del resfriado común no solo reduce la carga individual de la enfermedad, sino que también contribuye al uso responsable de recursos sanitarios y a la contención de la resistencia antimicrobiana, uno de los principales retos en salud pública del siglo XXI.

Bibliografía

- Organización Mundial de la Salud. (2023). *Enfermedades respiratorias*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/respiratory-diseases>
- Secretaría de Salud. (2021). *Infecciones respiratorias agudas (IRA) en México: Lineamientos para su atención*. Gobierno de México. <https://www.gob.mx/salud>