

¿No puede dejar de toser?

Matt Sheehan | Coordinador de relaciones con la prensa

Guion impreso

¿No puede dejar de toser? Es algo que suele suceder con todas las enfermedades de las vías respiratorias altas, como los resfriados, la gripe y el virus respiratorio sincitial.

Puede que haya tenido un virus hace dos semanas, haya tratado los síntomas con antibióticos y se sienta mejor, pero siga teniendo tos. Juanbosco Ayala, MD, es neumonólogo de la Unidad de Cuidados Intensivos (UCI) de OSF Little Company of Mary Medical Center en Evergreen Park, Illinois. Atiende a pacientes a diario, sobre todo, a personas con trastornos respiratorios y enfermedades pulmonares. Explica las posibles causas de la tos persistente.

“Muchas veces se debe a una inflamación local que persiste. No hay mucho que hacer al respecto. En general, recomendamos antihistamínicos, y a veces, hay que repetirlos”, indica el Dr. Ayala. “Suele desaparecer con el tiempo, pero si no lo hace, obviamente se debe analizar”.

Los antihistamínicos pueden ser Claritin-D, Benadryl o Allegra, entre otros, y se pueden comprar sin receta.

A muchas personas, las temperaturas frías les provocan un aumento de moco en la garganta. Para esto, el Dr. Ayala recomienda otro medicamento de venta libre, Mucinex.

El Dr. Ayala recomienda vigilar los síntomas. Dado que muchas personas se resfrían y contraen virus en esta época del año, puede tratar sus síntomas en casa ya que es importante evitar que los hospitales se saturen.

“Si presenta alguna señal de alarma, como fiebre persistente o fiebre alta que dure más de uno a tres días, o síntomas que no desaparecen con medidas temporales, como la administración de Tylenol o Motrien, y perduran por más de dos o tres días, podría necesitar consultar a un médico”, dice el Dr. Ayala.

El Dr. Ayala ha observado un aumento en los pacientes con COVID-19.

“Ha habido un aumento notable. Es posible que algunas de las cepas recientes no sean tan letales o graves, pero se propagan fácilmente de una persona a otra”, remarca el Dr. Ayala.

## **¿Debería consultar a un médico?**

La COVID-19, el virus respiratorio sincitial, las infecciones por estreptococo y la gripe son muy contagiosas, pero se suelen tratar en casa. Si tiene síntomas como tos o dolor de garganta, pero son leves y no tiene una enfermedad de alto riesgo, puede realizarse una prueba de detección de COVID-19 en su casa y tratar los síntomas con medicamentos de venta libre.

## **Consulte a un médico en los siguientes casos**

Si tiene síntomas que no han mejorado en 10 días, tiene dificultad para respirar o una enfermedad preexistente, como diabetes, asma o EPOC. Si tiene manchas blancas en la parte

posterior de la garganta, es un signo evidente de infección, por lo que deberá realizar un tratamiento médico indicado por un proveedor médico certificado.

## **Cómo mantenerse sano**

Lávese las manos, tápese la boca al toser y quédese en casa si está enfermo.