



## Resfriado

### ¿Qué es un resfriado de vías altas?

Es una infección vírica de las vías respiratorias altas (nariz, garganta) que deriva en fiebre, estornudos, tos y mucosidad nasal.

Los resfriados son muy frecuentes durante los primeros años de vida. Es normal que se sufran 6 a 8 por año, incluso más si el niño va a una guardería.

### ¿Qué hacer en casa?

- La mayoría de los resfriados pueden ser tratadas en el domicilio.
- Evite un ambiente seco en casa. Ponga depósitos de agua en los radiadores o utilice humidificadores si el grado de humedad es bajo.
- Hágale lavados nasales con suero fisiológico.
- Es normal que el niño no tenga hambre. No lo fuerce a comer. Dele líquidos.
- Controle la temperatura y administre el antitérmico recomendado habitualmente por su pediatra si la fiebre supera los 38 - 38'5°C.

### ¿Cuándo se ha de volver a consultar?

- Si empeora el estado general, el niño está decaído, adormecido o muy irritable.
- Si aparecen dificultades para respirar: Respira cada vez más rápido, se le marcan las costillas, mueve mucho el abdomen o se le hunde el pecho.
- Si el niño tiene menos de tres meses de vida y el resfriado viene acompañado de fiebre.

### Cuestiones importantes

- No existen medicamentos que curen el resfriado. Los jarabes contra los resfriados (mucolíticos, anticongestivos) son de dudosa eficacia.
- Los antibióticos no curan el resfriado ni evitan las complicaciones del mismo.