

Infección de las vías respiratorias superiores, en niños

Upper Respiratory Infection, Pediatric

Una infección de las vías respiratorias superiores (IVRS) es una infección común de la nariz, garganta y de las vías respiratorias superiores que conducen el aire a los pulmones. La causa un virus. El tipo más común de IVRS es el resfrío común.

Las IVRS generalmente mejoran solas, sin tratamiento médico. Las IVRS en niños pueden tardar más tiempo en curarse que en los adultos.

¿Cuáles son las causas?

La causa es un virus. El niño se puede contagiar este virus:

- Al aspirar las gotitas que una persona infectada elimina al toser o estornudar.
- Al tocar algo que estuvo expuesto al virus (fue *contaminado*) y después tocarse la boca, nariz u ojos.

¿Qué incrementa el riesgo?

El niño es más propenso a contraer una IVRS si:

- El niño es pequeño.
- Es el otoño o el invierno.
- El niño tiene un contacto cercano con otros niños, como en la escuela o una guardería infantil.
- El niño está expuesto a humo de tabaco.
- El niño tiene los siguientes síntomas:
 - El sistema que combate las enfermedades (*inmunitario*) debilitado.
 - Ciertos trastornos alérgicos.
- El niño está sufriendo mucho estrés.
- El niño está realizando entrenamiento físico muy intenso.

¿Cuáles son los signos o los síntomas?

La IVRS suele presentar alguno de los siguientes síntomas:

- Secreción o congestión nasal.
- Tos.
- Estornudos.
- Dolor de oído.
- Fiebre.
- Dolor de cabeza.
- Dolor de garganta.

- Cansancio y disminución de la actividad física.
- Cambios en los patrones de sueño.
- Pérdida del apetito.
- Comportamiento irritable.

¿Cómo se diagnostica?

Esta afección se diagnostica en función de los antecedentes médicos y los síntomas del niño, y un examen físico. El médico puede usar un hisopo para tomar una muestra de mucosidad de la nariz del niño (*hisopado nasal*). Esta muestra puede analizarse para determinar qué virus está provocando la enfermedad.

¿Cómo se trata?

Las IVRS generalmente mejoran por sí solas en un período de entre 7 y 10 días. Puede tomar medidas en su casa para aliviar los síntomas del niño. Ni los medicamentos ni los antibióticos pueden curar las IVRS, pero el pediatra puede recomendarle ciertos medicamentos para el resfrío de venta libre para ayudar a aliviar los síntomas, si el niño es mayor de 6 años de edad.

Siga estas indicaciones en su casa:



Medicamentos

- Administre al niño los medicamentos de venta libre y los recetados solamente como se lo haya indicado el pediatra de su hijo.
- **No** le dé medicamentos para el resfrío a un niño menor de 6 años de edad, a menos que el pediatra lo autorice.
- Hable con el pediatra del niño:
 - Antes de darle al niño cualquier medicamento nuevo.
 - Antes de intentar cualquier remedio casero como tratamientos a base de hierbas.
- **No** le administre aspirina al niño debido al riesgo de que contraiga el síndrome de Reye.

Para aliviar los síntomas

- Use gotas nasales de agua con sal (*salinas*) de venta libre o caseras para ayudar a aliviar el taponamiento (*congestión*). Coloque 1 gota en cada fosa nasal con la frecuencia necesaria.
 - **No** use gotas nasales que contengan medicamentos a menos que el pediatra le haya indicado hacerlo.
 - Para hacer una solución para gotas nasales salinas, disuelva completamente un cuarto de cucharadita de sal en una taza de agua tibia.
- Si el niño es mayor de 1 año de edad, darle una cucharadita de miel antes de que se vaya a la cama puede mejorar los síntomas y ayudar a aliviar la tos durante la noche. Asegúrese de que el niño se cepille los dientes luego de darle la miel.
- Use un humidificador de aire frío para agregar humedad al aire. Esto puede ayudar al niño a respirar mejor.

Actividad

- Haga que el niño descanse todo el tiempo que pueda.
- Si el niño tiene fiebre, no deje que concurra a la guardería o a la escuela hasta que la fiebre desaparezca.

Instrucciones generales



- Haga que su hijo beba la suficiente líquido como para mantener la orina de color amarillo pálido.
- De ser necesario, limpie delicadamente la nariz de su pequeño hijo con un paño húmedo y suave. Antes de limpiar la nariz, coloque unas gotas de solución salina alrededor de la nariz para humedecer la zona.
- Manténgalo alejado del humo ambiental de tabaco.
- Asegúrese de que el niño reciba todas las inmunizaciones, incluso la vacuna anual (*una vez al año*) contra la gripe.
- Concurra a todas las visitas de seguimiento como se lo haya indicado el pediatra de su hijo. Esto es importante.

Cómo evitar contagiar la infección a otros

- Las IVRS se transmiten de una persona a otra (son *contagiosas*). Para evitar que la infección se propague, tome las siguientes medidas:
 - Haga que el niño se lave con frecuencia las manos con agua y jabón. Haga que el niño use desinfectante para manos si no dispone de agua y jabón. Usted y las otras personas que cuidan al niño también deben lavarse las manos frecuentemente.
 - Aconseje al niño que no se lleve las manos a la boca, la cara, ojos o nariz.

- Enseñe al niño a que tosa o estornude en un pañuelo de papel o en su manga o codo en lugar de en la mano o en el aire.

Comuníquese con un médico si:

- El niño tiene fiebre, dolor de oídos o dolor de garganta. Tirarse de la oreja puede ser un signo de dolor de oído.
- Los ojos del niño se ponen rojos y presentan una secreción amarillenta.
- La piel debajo de la nariz del niño se torna dolorosa y se forman costras.

Solicite ayuda de inmediato si:

- El niño es menor de 3 meses y tiene fiebre de 100 °F (38 °C) o más.
- El niño tiene problemas para respirar.
- La piel o las uñas del niño se ponen de color gris o azul.
- El niño tiene signos de deshidratación, por ejemplo:
 - Somnolencia inusual.
 - Sequedad en la boca.
 - Sed excesiva.
 - Orina poco o casi nada.
 - Piel arrugada.
 - Mareos.
 - Falta de lágrimas.
 - La zona blanda de la parte superior del cráneo está hundida.

Resumen

- Una infección de las vías respiratorias superiores (IVRS) es una infección común de la nariz, garganta y de las vías respiratorias superiores que conducen el aire a los pulmones.
- La causa es un virus.
- Administre al niño los medicamentos de venta libre y los recetados solamente como se lo haya indicado el pediatra de su hijo. Ni los medicamentos ni los antibióticos pueden curar las IVRS, pero el pediatra puede recomendarle ciertos medicamentos para el resfrío de venta libre para ayudar a aliviar los síntomas, si el niño es mayor de 6 años de edad.
- Use gotas nasales de agua con sal (*salinas*) de venta libre o caseras según sea necesario para ayudar a aliviar el taponamiento (*congestión*).

Esta información no tiene como fin reemplazar el consejo del médico. Asegúrese de hacerle al médico cualquier pregunta que tenga.

Document Released: 09/27/2006 Document Revised: 10/19/2018 Document Reviewed: 10/19/2018
Elsevier Interactive Patient Education © 2020 Elsevier Inc.