



Resfrío común



Expertos en Personas, expertos en Salud

Este contenido es sólo para fines informativos y educativos. No es un sustituto de consejos médicos profesionales, diagnóstico o tratamiento. Siempre consulta a tu médico por cualquier duda o síntoma relacionado a esta condición médica.



¿Qué es?

Es una enfermedad infecciosa de origen viral. Son más de 200 los virus que pueden causar un resfrío, siendo el rinovirus, el agente viral más frecuente. Produce molestias leves y afecta principalmente el tracto respiratorio superior, siendo una afección auto limitada.

Tiene una duración entre 3 a 14 días. La gripe, también es una afección viral pero más grave.

¿Es contagioso?

Por supuesto, se transmite debido a que la persona enferma, al estornudar, toser o hablar, expelle gotas infectadas con el virus, las mismas que son inhaladas por personas sanas, adquiriendo de este modo la enfermedad.

Afecta a todas las edades y después que uno se contagia, puede demorar de dos a tres días para presentar las primeras molestias.

Es una de las enfermedades más comunes, siendo uno de los cinco diagnósticos mas frecuentes en la atención ambulatoria, y una de las principales razones por la que los niños faltan a la escuela y los padres a su centro de trabajo. Los padres usualmente contraen resfriados de sus hijos.

¿Cuáles son los factores que favorecen su contagio?

Los ambientes cerrados y hacinados de personas, son los lugares donde se disemina más la enfermedad.

El contacto de las manos contaminadas con las secreciones eliminadas por las personas enfermas y, el rostro, los ojos o la nariz, es la forma de cómo los virus llegan a las zonas respiratorias altas produciendo el contagio. Es por eso que se recomienda el buen lavado de manos y el evitar la costumbre de llevarnos las manos al rostro, como acciones para disminuir las posibilidades de contagio.

Otra forma de contagio es el de compartir cubiertos o vasos de las personas que sufren de resfrío común.

Existen reportes que las personas que duermen menos de siete horas tiene más resfríos que los que duermen ocho horas o más.

El hábito de fumar hace que los resfríos sean más prolongados.

¿El frío causa más resfrío?

No hay estudios que así lo demuestren, pero se asocia a que al haber un clima más frío, invierno o temporada de lluvias, las personas tienden a estar en ambientes cerrados, y esta situación favorece la propagación más rápida de la infección.



¿Cuáles son las molestias más comunes que se presentan?

Generalmente se manifiesta con congestión nasal o tupidez, estornudos, secreción nasal acuosa clara y se acompaña de tos, dolor de garganta y malestar general.

¿Cuál es el tratamiento?

El proceso es causado por un virus, por lo que el tratamiento es principalmente para calmar las molestias, como bajar la fiebre, la congestión y el malestar, debido a que la infección se auto limita gracias a la acción de nuestro sistema inmune.

Los antibióticos no curan la enfermedad. No es necesario el uso de antibióticos a menos que exista una complicación. Tomar antibióticos sin que sean necesarios puede ser perjudicial.

¿Después de un resfrío es posible que tenga otro?

Por supuesto, debido que son muchos los virus que la producen, más de 200 virus, podemos tener varios cuadros de resfrío a lo largo de la vida.

Con la colaboración de:



Av. Caminos del Inca 1670 - Santiago de Surco, Lima.
T. 275-0190

DR. RAY SALAZAR MINAYA
Médico Otorrinolaringólogo

Este contenido es sólo para fines informativos y educativos. No es un sustituto de consejos médicos profesionales, diagnóstico o tratamiento. Siempre consulta a tu médico por cualquier duda o síntoma relacionado a esta condición médica.



Expertos en Personas, expertos en Salud

Llámanos cuando nos necesites las 24 horas del día,
los 365 días del año al **FONOSANITAS**: 219 - 1919 ó al
0800 - 19191 (línea gratuita desde Lima y Provincias)
También puedes escribirnos a **contacto@lapositivasanitas.com**
o visitarnos en: Av. José Pardo 899 Miraflores
www.lapositivasanitas.com.pe