



La tos

(Cough)

Educación de pacientes y familias

Esta hoja educativa contiene sólo información general. El médico de su niño o uno de los integrantes del equipo de atención médica, le informará sobre el cuidado específico para su niño.

¿Qué es la tos?

La tos es una reacción que ayuda a despejar el pecho y los pulmones de su niño. Es un síntoma común y puede aparecer repentinamente o ser de larga duración, de acuerdo con su causa.

- La tos puede ser causada por una infección o una alergia.
- La tos también se puede deber a algo más serio como el asma o algo atorado en las vías respiratorias.
- Los niños con ataques de tos repentinos (que tosen durante más de cinco minutos sin detenerse) deben ser revisados por un médico para saber si necesitan algún tratamiento.

¿Son todas las toses parecidas?

Hay varios tipos de tos. Una buena descripción de la tos de su niño puede ser muy útil para ayudar al doctor a encontrar la causa. La tos puede:

- Sonar húmeda o seca.
- Ser áspera o profunda.
- Sonar como ladridos o como chillidos de una foca.
- Ser aguda o “cortante”.

También es importante saber cuándo tose su niño. Fíjese si la tos ocurre durante las comidas o cuando practica ejercicio, si es durante el día o la noche, o si es debida a las influencias del medio ambiente (como una mascota o el polen). Su niño puede toser una o dos veces y luego parar, o toser varias veces seguidas.

¿Cuál es el tratamiento?

Generalmente, la causa de la tos es lo que determina el tratamiento. Una vez que se conoce la causa, los tratamientos para la tos pueden incluir cualquiera de estos:

- Detectar y evitar los factores de irritación (tales como el humo del cigarrillo).
- La tos ayuda a expulsar la mucosidad del pecho y de los pulmones.
 - La mayoría de los niños no pueden escupir la mucosidad sino que se la tragan. Esto no causa ningún problema.
- Dele medicamentos para el resfriado y para la tos sólo siguiendo las recomendaciones del médico de su niño, incluyendo los medicamentos recetados y los de venta libre.
 - Para los niños menores de 6 años - los medicamentos para la tos y el resfriado generalmente no son tan eficaces en estas edades. Asimismo, pueden causar efectos secundarios graves.
 - No le dé a un niño menor de 6 años, ningún medicamento hecho para niños mayores de 6 años.
 - Muchas marcas de medicamentos para la tos y el resfriado tienen los mismos ingredientes o tienen ingredientes innecesarios. El utilizar más de 1 marca o mezclar las marcas, puede causar una sobredosis seria y hacerle daño a su niño.
 - No use un medicamento combinado para el resfriado que contenga acetaminofén o ibuprofeno.

En caso de emergencia o si tiene una inquietud urgente, llame al 911 o vaya inmediatamente a la sala de urgencias más cercana

La tos, continuación

- Coloque un vaporizador de vapor frío en la habitación o en el área de juegos de su niño.
 - Los vaporizadores de vapor caliente no son seguros. Pueden quemar a su niño.
 - Cambie el agua y limpie el vaporizador todos los días.
 - Siga las instrucciones de limpieza que trae el aparato para que no crezcan gérmenes ni moho.
 - No utilice un medicamento combinado para el resfriado que contenga acetaminofén o ibuprofén
- Mantenga a su niño alejado del humo y del olor del cigarrillo.
- Realice el seguimiento indicado por el médico de su niño.

¿Cuándo debo llamar al médico?

Llame **inmediatamente al 911 o a su servicio local de ambulancias** si su niño:

- Está tan cansado y débil que casi no le responde.
- Está respirando con **mucho** dificultad y con mucho esfuerzo.
- Hace un quejido al respirar.
- Tiene retracciones del pecho (la piel alrededor de las costillas y el pecho se hunden cuando respira)
- Tiene las uñas, los labios o las encías de color azulado o morado oscuro.
- Deja de respirar por más de 10 segundos.
- No puede hablar y respirar al mismo tiempo.
- Tiene cualquier problema de respiración que necesita atención **inmediata**.

Llame al médico si su niño tiene:

- Tos y no sonríe ni demuestra interés en jugar por lo menos durante unos minutos en un período de 4 horas.
- Tos que comenzó después de atragantarse con algún objeto en los últimos días.
- Le vuelve nuevamente la fiebre (temperatura de más de 100.3°F) desde la última vez que lo revisó el médico.
- Síntomas nuevos tales como dolor de pecho, sibilancia o dolor de estómago.
- Problemas para tomar el medicamento indicado por el médico.
- Un tipo de tos que lo despierta con frecuencia durante la noche.

¿Qué sucede si no se trata la tos?

Cualquier niño con tos persistente (que dure más de 10 días) debe ser revisado por su médico. El médico podrá concentrarse en la causa de la tos y la tratará como sea necesario. La tos persistente puede indicar una infección más grave y problemas respiratorios.

En caso de emergencia o si tiene una inquietud urgente, llame al 911 o vaya inmediatamente a la sala de urgencias más cercana