

Cuida a tu familia de infecciones respiratorias, enfermedades más comunes en invierno



Llega el frío y con él las **infecciones de las vías respiratorias**. Son muy frecuentes y afectan en mayor medida a los niños, sobre todo a los más pequeños. En las estaciones frías se comparte más tiempo en lugares cerrados y ventilamos menos, por lo que los virus tienen vía libre para contagiar.

Este tipo de infecciones producen una inflamación de las vías respiratorias que puede afectar **desde la nariz hasta los bronquios** y que son los responsables de síntomas molestos y por todos conocidos como mucosidad, tos, congestión nasal o fiebre. **Se transmiten por medio de las gotitas de saliva al hablar, toser o estornudar.**

Las más comunes son:

1

Resfriado común: Los principales síntomas son: **Mucosidad nasal**, este síntoma resulta muy molesto y para los lactantes pequeños aún más puesto que habitualmente respiran por la nariz y cuando ésta se encuentra obstruida les genera malestar o disconfort e interfiere con la alimentación que puede ser más dificultosa. La mucosidad nasal puede durar unos siete días aproximadamente. **Tos, seca o productiva**, que puede durar hasta dos semanas. **La fiebre** no siempre está presente, siendo más probable en los niños más pequeños. Puede durar entre tres y cuatro días.

2

Faringitis: Es la **inflamación de la faringe** y suele estar provocada tanto por virus como por bacterias. Puede iniciarse después de un proceso infeccioso como la gripe, resfriado o amigdalitis en cuyo caso recibe el nombre de faringoamigdalitis. Durante la época invernal son más frecuentes las faringitis de origen viral.

3

Bronquitis: Inflamación de los bronquios, se dificulta la respiración y las membranas que cubren las vías respiratorias producen gran cantidad de moco espeso que provoca tos, dolor de pecho y congestión.

Gripe: es producida por un virus (*Influenzae*). Produce unos síntomas parecidos al constipado, tos y mucosidad, pero **suele ir siempre con fiebre elevada** que puede durar unos cinco días y que suele acompañarse de dolores generalizados.

5

Bronquiolitis: Causada por el **Virus Respiratorio Sincitial (VRS o SRV)** que afecta a **menores de 2 años**, inicialmente produce tos y mucosidad y a los dos-tres días **aparece dificultad para respirar y a menudo también para alimentarse**. Los bebés realizan tomas al pecho muy cortas o no se terminan los biberones. Cuando un lactante respira más rápido de lo habitual, se le marcan las costillas y hunde la barriguita, debemos sospechar que tiene dificultad para respirar y tenemos que consultar urgentemente con el pediatra.

6

Neumonía: Es una enfermedad especialmente peligrosa en los lactantes y se caracteriza por la **inflamación de un segmento de uno o los dos pulmones**, generalmente de origen infeccioso. Entre los síntomas más frecuentes de neumonía típica encontramos fiebre alta, escalofríos, tos con mucosidad y dolor al respirar.

4