

# Bronquitis Aguda

Es una inflamación de los bronquios causada, frecuentemente, por virus. En pacientes con enfermedades pulmonares o cardíacas puede ser complicada.

## ¿Cuáles son los síntomas?

Además de sentirse resfriado (fiebre, dolor de cabeza, dolor de garganta y congestión nasal), puede notar:

- **Al principio, tos seca** que puede evolucionar hacia una tos con abundantes flemas.
- **Sensación de dificultad** para que el aire entre en los pulmones.
- **Silbidos al respirar.**

Suele mejorar después de un período de **7 a 10 días**. La tos puede durar hasta **2 o 3 semanas**. Es el primer síntoma en aparecer y el último en desaparecer.

## ¿Cómo se diagnostica?

Su médico sabrá lo que tiene por **sus síntomas y la exploración física**: auscultando el pulmón. No necesita ninguna otra prueba médica.

## Tratamiento

En la mayoría de los casos, **no es necesario tomar antibióticos** para tratar la bronquitis aguda, ya que son ineficaces contra las infecciones víricas.

El tratamiento sirve para **aliviar los síntomas**:

- **Paracetamol**, para la fiebre y el malestar.
- **Medicamentos contra la tos.**
- **Beber más agua e infusiones.** Intente evitar la tos y no aclararse la garganta en exceso, con la ayuda de **caramelos para la tos**. Si tiene **asma**, no se recomiendan los caramelos, especialmente si contienen **eucalipto**.
- **Es fundamental que no fume** y que evite la exposición a contaminantes ambientales.

- **Broncodilatadores inhalados** si tiene silbidos al respirar.

- En la mayoría de los casos, **no es conveniente tomar antihistamínicos**, ya que secan las secreciones y pueden empeorar la tos.

**La tos es útil** para expulsar secreciones, pero cuando es provocada por irritación de garganta, cada vez que tose **se irrita más y tiene más tos**.



## Prevención

- **No fume.** Los no fumadores tienen los pulmones más sanos y sufren menos bronquitis.

- **Un buen lavado de manos** es una de las mejores formas de evitar la transmisión de virus y otras infecciones respiratorias.

- Se recomienda **exponerse lo menos posible al frío y a la humedad ambiental.**

- **Tener actualizado el calendario de vacunación** contra la gripe y, en la población pediátrica, contra el VRS.



## ¿Cuándo consultar al médico?

- **Si después de unos días no mejora** con tratamientos naturales.
- **Si padece habitualmente problemas en los bronquios** o nota alguno de los siguientes síntomas: dificultad para respirar, dolor en un costado al respirar o sensación de ahogo.
- También si tiene **enfermedades crónicas, como diabetes**, o problemas cardíacos.
- **En caso de brote informado de tos ferina.**