

CATARROS, ANGINAS, OTITIS ¿CÓMO SE TRATAN?

MATEO MORALEDA, M^a. JOSÉ. Pediatra. Centro de Salud Cabo Huertas. Alicante.

¿Qué es el catarro? ¿Cómo y por qué se produce?

Es una enfermedad caracterizada por tos, mocos y obstrucción nasal, fiebre y con frecuencia, dolor de oídos y garganta. Es la infección más frecuente en la infancia, especialmente durante el segundo y tercer año de vida, con una media de 5 y 6 episodios al año. Después, y cuando el sistema inmune del niño madura, disminuye drásticamente el número de catarros. Están producidos por virus (más de 200 tipos). Estos se propagan a través de las secreciones mucosas que las personas enfermas transmiten con los estornudos y la tos, contaminando el aire u objetos. El virus entra por la nariz, la boca o la conjuntiva ocular. Las manos contaminadas con las secreciones son un vehículo importante y también, sobre todo en los niños más pequeños, los objetos contaminados con secreciones, ya que es frecuente que los compartan o los chupen.

¿Cuál es la evolución normal? ¿Cuándo debemos acudir al pediatra?

La fiebre, si aparece, suele ser moderada y dura entre dos y tres días, igual que la obstrucción nasal. La tos es más intensa los primeros días y puede persistir durante tres semanas. La secreción nasal, acuosa en principio, se espesa en los días siguientes pudiendo ser blanca, amarillenta o verdosa. Si un catarro evoluciona normalmente no precisa tratamiento, se curará solo, por lo

tanto no hará falta acudir al pediatra. Sí debemos acudir al pediatra cuando se detecten síntomas que pueden indicar posibles complicaciones: fiebre de más de tres días, dolor de oídos persistente, secreción nasal purulenta o de más de 10 ó 15 días, dificultad para respirar teniendo la nariz despejada.

¿Cómo se trata? ¿Se puede prevenir?

No existe tratamiento que “corte” o pare la evolución natural de la enfermedad. Los catarros son enfermedades banales que tienden a la curación espontánea. Las medidas más eficaces para aliviar los síntomas son: antitérmicos para el malestar y la fiebre y realizar lavados nasales para disminuir la congestión y limpiar las secreciones. No es recomendable el uso de otros medicamentos. No se deben usar nunca antibióticos puesto que no acorta el proceso, no evita las posibles complicaciones, puede provocar efectos indeseables en el niño y favorece la aparición de resistencias antibióticas. Prevenir los catarros es muy difícil, sino imposible. No existen vacunas, ni fármacos que los controlen. Las medidas más eficaces son la ventilación adecuada de las estancias y el lavado de manos.

Infección de garganta (faringoamigdalitis)

Es una inflamación de la garganta y amígdalas. Son más frecuentes en la edad escolar. Se caracteriza por dolor de garganta, fiebre, ganglios en el

cuello, dolor de cabeza y malestar. Generalmente la garganta está enrojecida y las amígdalas pueden tener pus. Son causadas fundamentalmente por virus, sobre todo en los niños menores de tres años. A partir de los cuatro años las bacterias son también una causa frecuente. La infección se transmite a través de las secreciones, igual que los catarros. Las faringoamigdalitis de causa bacteriana se deben tratar con antibióticos, el pediatra será el que deba indicarlos, mientras tanto se podrán administrar antitérmicos y analgésicos que controlen los síntomas y mejoren el estado general del niño.

Infecciones de oídos (otitis)

La infección de oído más frecuente en el niño es la otitis media aguda. Generalmente se producen como complicación de un catarro. Se caracterizan por dolor de oídos y fiebre. En más del 80% de los casos se trata de procesos autolimitados que curan solos, sin embargo es posible que sea necesario tratamiento antibiótico, sobre todo en los niños menores de dos años.