



# RESFRIO



**RESFRIO**



**GRIPE**

**RESFRIO** Es una **infección respiratoria aguda** que afecta las vías respiratorias superiores. Es leve y autolimitada, las reinfecciones son frecuentes. Puede ser de naturaleza **virósica** (en la mayoría de los casos) o **alérgica**.

**¿CUÁNDO?** En cualquier época del año. No da origen a una epidemia como la gripe.

**¿CÓMO?** La transmisión es por vía aérea y por contacto directo con las secreciones respiratorias.

**TRATAMIENTO.** Es sintomático, no preventivo. Se evaluaron muchas sustancias para la prevención y el tratamiento, pero ninguna ha demostrado que sea beneficiosa.

**GRIPE** Es una **enfermedad infecciosa aguda** causada por el virus influenza tipo ARN, del cual existen tres tipos: A, B y C; afecta las vías respiratorias superiores.

**¿CUÁNDO?** En invierno, aparece en forma de epidemia.

**¿CÓMO?** Se transmite mediante macro y micro gotas de la vía respiratoria: tos, estornudo, o cuando se habla.

**TRATAMIENTO.** Además de los síntomas existe la vacunación anual contra la influenza como prevención.

Síntoma	Resfriado	Gripe
Período de Incubación	48-72 horas	18-36 horas
Inicio	Paulatino	Súbito
Duración	Infección viral menor que dura 6-10 días	Sintomáticamente 3-7 días, aunque el cuadro agudo tarda 15 días
Fiebre	Raro que se produzca	Temperatura elevada >38, 5º C. 3-4 días
Cefaleas	No	Fuerte
Dolores musculares y articulares	Suaves	Pronunciados
Agotamiento y debilidad	Suave	Fuerte (dura 3-4 semanas)
Estornudos	Muy común	No frecuente
Tos	Tos seca que deriva a tos productiva	Seca al comienzo
Secreción nasal	Muy común	No es frecuente
Odinofagia	Muy común	Raro
Irritación ocular	Si	A veces, pero es raro
Complicaciones	Sinusitis y otitis	Bronquitis y Neumonía



# RESFRIO

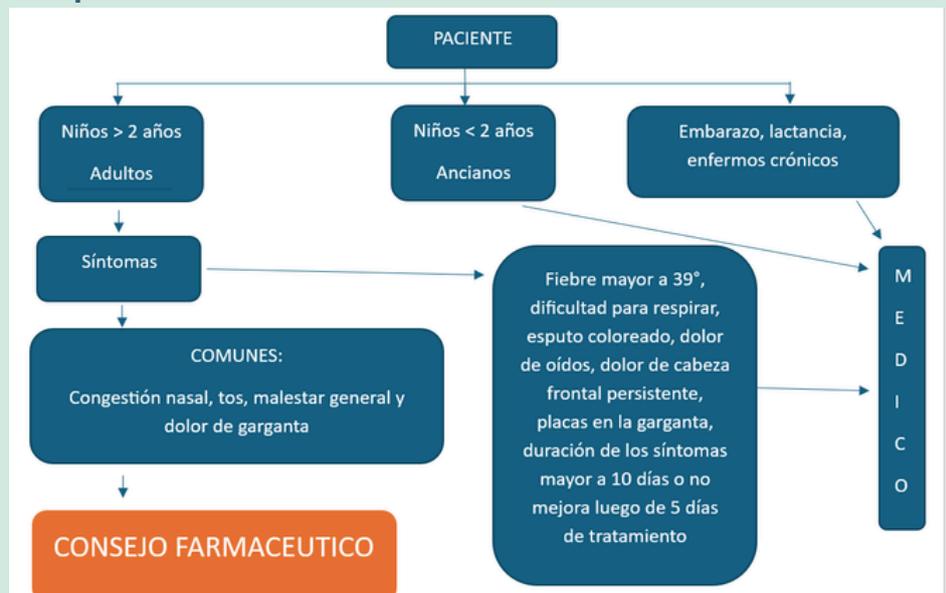
## Consejo farmacéutico:

1. Lavarse frecuentemente las manos y no frotarse los ojos con las manos para prevenir la diseminación.
2. Utilizar pañuelos de papel desechables.
3. Limpiar los juguetes de los niños.
4. Aumentar el consumo de líquidos evitando bebidas muy frías o calientes. Beber 1.5 a 2 L de agua por día
5. Reposo, evitar los cambios bruscos de temperatura y evitar un exceso de ropa de abrigo
6. Evitar ambientes cerrados. Humidificar el ambiente ayuda: vapor de agua con eucalipto, romero, lavanda.
7. Si hay tos productiva, usar dos almohadas en la cama y mantener ventilada la habitación
8. Si hay tos seca se pueden usar demulcentes como miel
9. Dieta ligera. Evitar el consumo de tabaco y alcohol.
10. Cubrir garganta y boca, no forzar la voz. Incluir caramelos para aumentar la producción de saliva y disminuir la irritación de garganta.

## Criterios de derivación:

- **Menores de 2 años.**
- **Mayores de 70 años.**
- **Síntomas de alarma:**
- Ronquera que progresa hacia afonía.
- Dificultad para respirar, sibilancias.
- Fiebre superior a 39 °C .
- **Dolor de cabeza frontal intenso** que agrava al inclinar.
- **Tos** con esputos purulentos.
- Síntomas de **más de 7 días.**
- **Placas** en la garganta.
- **Tratamiento crónico** de EPOC y Asma.
- **Inmunodeprimidos.**
- **Graves enfermedades** hepáticas y renales.
- Mujeres **embarazadas** o en periodo de **lactancia.**
- Pacientes que hayan sufrido un **proceso de hospitalización reciente.**

Recomendar limpiar la nariz con jeringa. Ubicar el bebe de forma que favorezca el drenaje, aumentar la ingesta de líquidos, humidificar (nebulizar). Administrar gotas nasales salinas.





# RESFRIO

## Tratamiento

### Indicacion farmacéutica:

CONDICIÓN	PRINCIPIO ACTIVO	DOSIS	MECANISMO DE ACCIÓN	EFFECTOS SECUNDARIOS	PRECAUCIONES
VENTA LIBRE	Ibuprofeno	400mg/ 6hs	ANALGESICO ANTIINFLAMATORIO ANTIPIRÉTICO	Diarrea, urticaria, distensión abdominal	Antecedente de úlcera GI, hipertensión
	Paracetamol	500mg/ 6hs	ANALGESICO	hepatotoxicidad, toxicidad renal, hipoglucemia y dermatitis alérgica.	Respetar dosis diaria máxima por riesgo de hepatotoxicidad,
	Fenilefrina	5-20 mg/6-8 hs. Max. 60 mg/día	DESCONGESTIVO (VASOCONSTRICTO R SISTÉMICO) -No generan congestión de rebote	bradicardia, episodios hipertensivos, náuseas y vómitos	Contraindicados: HTA, problemas cardíacos, DBT, tratamiento con IMAO, hipertiroidismo, embarazo y lactancia.
	Cetirizina Loratadina	10mg/dí a	ANTIHISTAMÍNICO Efectos sobre reacciones mediadas por histamina (resfrío de origen alérgico)	<u>2ª Generación</u> No producen efecto sedativo pero no son tan eficaces.	-No niños < 4 años. -No en pacientes con tratamiento antidepressivo



# RESFRIO

## Tratamiento con Indicación medica:

CONDICIÓN	PRINCIPIO ACTIVO	DOSIS	MECANISMO DE ACCIÓN	EFFECTOS SECUNDARIOS	PRECAUCIONES
VENTA BAJO RECETA	Ibuprofeno	600mg/8 hs	ANALGESICO ANTIINFLAMAT ORIO ANTIPIRÉTICO	IDEM VENTA LIBRE	IDEM VENTA LIBRE
	Paracetamol	1g/8hs	ANALGESICO ANTIPIRÉTICO	IDEM VENTA LIBRE	IDEM VENTA LIBRE
	Pseudoefedrina	60 mg/6 hs. Máx 240 mg/día	VASOCONSTRIC TOR SISTÉMICO -No generan congestión de rebote	Náuseas, vómitos, dolor de cabeza, latidos del corazón rápidos e irregulares	IDEM VENTA LIBRE
	Nafazolina Oximetazolina	0,1g/100m l 50mg/100 ml	DESCONGESTIV OS TÓPICOS -Riesgo de abuso -Efecto rebote si se usa más de 5 días	Quemazón, dolor y sequedad nasal, estornudo. Palpitación, cefalea, insomnio, mareo, debilidad. Uso continuado: rinitis atrófica.	Contraindicados en: HTA, cardiopatías, arritmias. No en niños < 4 años
	Clorfenamina Difenhidramina	4mg/8hs2 5/50mg/6 -8hs	ANTIISTAMÍNI CO (resfrío de origen alérgico)	<u>1ª Generación</u> Producen sedación	-No niños < 4 años. -No en tto antidepressivo Precaución: ancianos, HPB
	Neomicina Tirotricina Gramicidina		CARAMELOS ANTIBIÓTICOS (normalmente asociados a anestésicos, lidocaína, benzocaína)	Aumento de glucemia por alto contenido de azúcardisminución transitoria de la sensibilidad de lengua y boca.	Resistencia antibióticaPrecaución DBT NO niños < 12 años