

Hablando de medicamentos...

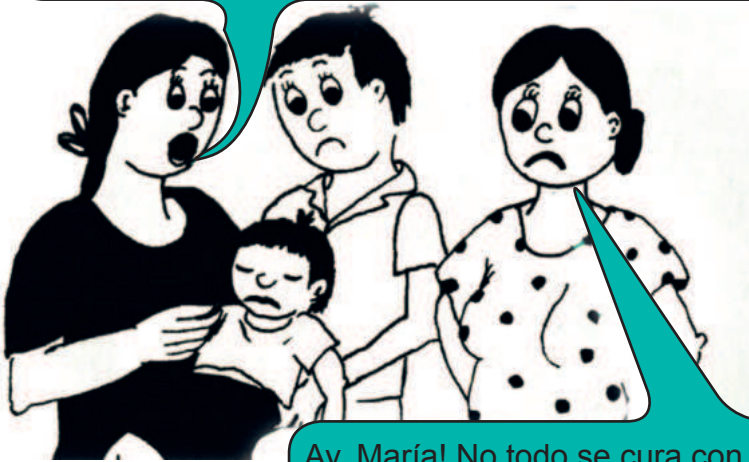


Cuaderno número 6

¿Medicamentos para la tos?

Una historia

“Ay, Doña Antonia!
Fíjese que Andrecito no me deja dormir
con la tos que tiene.
Ayer la Socorro me dio este jarabe que le sobro de Juancito,
pero ella no se acuerda cuanto es lo que tengo que darle”.



Ay, María! No todo se cura con jarabes...
Mejor vamos al puesto de salud que
el personal de salud nos puede
enseñar que debemos hacer
cuando tenemos tos...

Preguntas para reflexionar

- ¿Usted sabe qué es la tos?
- ¿Sabe cuándo la tos es peligrosa?
- ¿Sabe, qué debemos hacer cuando alguien tiene tos por gripe o catarro?
- ¿Son útiles los jarabes, tienen peligros?
- ¿Son útiles los antibióticos?
- ¿Conoce sobre la utilidad y los peligros de los medicamentos para la tos?

Sigamos platicando para responder a estas preguntas...

¿Qué es la tos?



Es una **defensa** que tiene nuestro cuerpo para limpiar las vías respiratorias. Por ejemplo, cuando entra por la nariz o la boca, alguna basura, polvo, humo o microbios, el cuerpo responde produciendo tos.



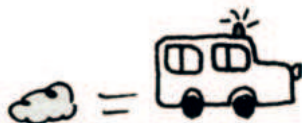
La tos NO es una enfermedad

¿Cuándo la tos indica peligro?



La tos indica **peligro** cuando va acompañada de algún signo como:

- Tos con dolor en el pecho con flema verde y/o sangre
- Tos con hundimiento del pecho al respirar
- Tos con ruido al respirar
- o tos por más de 14 días



¿Qué debe hacer en caso de tos por gripe o catarro?



Si solamente tiene tos por gripe o catarro:

Tome mucho líquido

Ayuda a aflojar la flema

Siga comiendo

Ayuda a reponerse de la enfermedad

Tome remedios caseros

Los tés de manzanilla, zacate de limón, limón con miel, etc... ayudan a suavizar la garganta

Limpie o sacúdase la nariz con frecuencia, para mantenerla limpia de secreciones. Use siempre un paño suave para no maltratarla

Si es niña o niño mayor o persona adulta y tiene además dolor de garganta, **haga gárgaras** con limón y miel o agua con sal.
Ayuda a suavizar la garganta y sacar flema

Tome ACETAMINOFÉN si tiene fiebre alta o dolor, El personal de salud puede indicarle la dosis apropiada

¿Son necesarios los antibióticos para tratar la tos?



NO, en la mayoría de las enfermedades con tos los antibióticos **NO** son útiles. Solamente en algunas infecciones sirven. Los antibióticos **SIEMPRE** deben ser recetados por el personal de salud.

En niñas o niños pequeños, si además de la tos:

- no pueden comer ni beber
- respiran rápido o con dificultad
- se les hunde el pechito o debajo de las costillas al respirar

Es que están empeorando y debemos acudir **URGENTEMENTE** a la Unidad de salud más cercana

¿Que **NO** se debe hacer en caso de tos por gripe o catarro?



NO compre ninguno de estas medicamento.
No se recomiendan.

Los jarabes para la TOS o ANTITUSIVOS

(ej. dextrometorfano)

Talvez corten un poco la tos pero los microbios y las flemas se quedan adentro por lo que pueden empeorar la infección.

Peligros:

Pueden dar sueño, confusión mental, y si se abusa, produce convulsiones y complicación en la respiración.

Los llamados EXPECTORANTES

(ej. ambroxol, bromhexina)

Sus fabricantes dicen que ayudan a sacar la flema, pero **NO** hay estudios que muestren que esto sea cierto

Peligros:

Muchas veces están combinados con antialérgicos, que ponen la flema pegajosa y no la dejan salir.

Los llamados ANTIGRIPALES

Contienen antialérgicos (como la clorfeniramina, difenhidramina) combinados con otros medicamentos.

Peligros:

Además de poner pegajosa la flema, pueden dar somnolencia, mareos, sequedad de boca o visión borrosa. Algunos de ellos son inyectados y eso los hace más peligrosos y caros

Los llamados BRONCODILATADORES

Como el salbutamol se reservan para tratar a personas con asma o silbido
NO sirven para la tos común.

Peligros:

Pueden dar: temblor, asco, vómitos o palpitaciones,

Los medicamentos con MENTOL o ALCANFOR

Como el Vick-vaporub®, Zepol® o el Cofal®

NO deben usarse

en niñas o niños pequeños.

Solamente en frotaciones en niños o niñas grandes o personas adultas.

Peligros:

Si se tragan o aplican directamente en la nariz. puede provocar dificultad respiratoria o paro respiratorio.

Medicamentos con vitamina C

y otras **vitaminas**

NO sirven ni para prevenir ni para curar la gripe.

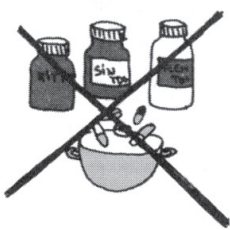


**¡Recuerde!
Usando bien
los medicamentos para la tos**

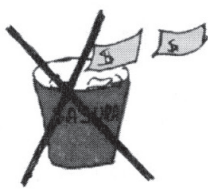


Para la tos sin signos de gravedad, son suficientes los remedios caseros.

La mayoría de infecciones con tos se tratan **SIN** antibióticos.



La mayoría de los medicamentos que se venden para la tos o el catarro, son ineficaces o peligrosos para niños y niñas.



NO gaste el dinero inútilmente.
NO todo se cura con medicamentos.



Si su niño o niña tiene tos esté pendiente si presenta algún signo de peligro para llevarlo urgentemente a la unidad de salud.

Editado por : AIS-Nicaragua y Colectivo de Mujeres de Matagalpa. (2010)

