



Catarro de vías altas. Tratamiento en el adulto

● Antitérmicos.

- Paracetamol: 10mg/Kg cada 5-6 horas, si tiene fiebre, dolor o malestar. Evitar si alergia.

● Antitusígenos.

- Cloperastina (Flutox®, Sekisan®): 1-1-1, si tos, picor o congestión nasal. No tomar alcohol. Cuidado con el coche. Evitar si alergia.
- Codeína: evitarla (puede empeorar el proceso si se vuelve bronquial, estriñe y, además, interacciona con los mórnicos).

● Remedios caseros.

- Agua: aumentar la ingesta salvo que tenga una insuficiencia cardíaca no estable o una insuficiencia renal.
- Cebolla: picada, colocada en recipiente cerca de la mesilla de noche. Evitar si tiene asma.
- Miel.
- Fuentes de calor: no aproximarse para no provocar picos de fiebre
- Corrientes de aire, cambios de temperatura, evitarlos.

● Congestión nasal grave. Oximetazolina (Utabon®...):

agitar el spray y sonarse (pañuelo desechable y lavado de manos posterior) antes de usar; cada 12 horas; máximo de 5 días. Evitar si alergia o embarazo.

● Vómitos. Mirar hoja de la diarrea. Opciones:

- Motilium®, 20 minutos antes de las 3 comidas principales. Evitar si alergia o arritmias.
- Primperam®, 30 minutos antes de las 3 comidas principales. Evitar si alergia, temblor (Parkinson) o tratamiento con neurolépticos (antipsicóticos).

Síntomas que sugieren **gravedad**

- ▶ Dificultad para respirar por la boca (no poder completar 1 frase larga sin coger aire)
- ▶ Delirios (decir o ver cosas sin sentido)
- ▶ Gran somnolencia (es normal el cansancio pero no la dificultad para despertarlo)
- ▶ Diarrea que no mejora con la dieta aportada
- ▶ Vómitos que no mejoran con la dieta aportada y tratamiento específico
- ▶ En niños pequeños, además, un drástico cambio de personalidad o gran irritabilidad