

# TOS

## Hoja informativa para el paciente

### Las causas de la tos/gripe

- Los virus (el influenza, parainfluenza, rinovirus y adenovirus son algunas causas comunes)
- Goteo posnasal
- El asma/enfermedad reactiva de las vías respiratorias
- La contaminación del aire
- La tos ferina

### Duración de la tos/gripe común

Estos síntomas suelen durar de 10 a 24 días.

### Consulte con un proveedor de la salud para:

- Las temperaturas superiores a 104° F;
- Un problema del corazón o del pulmón crónico;
- La falta de aliento o dificultad para respirar;
- La cara o labios que se vuelven color azul; o
- Síntomas que duran más de 3 semanas.

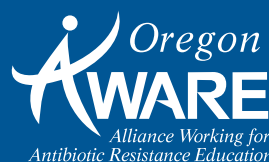
### El tratamiento

Rara vez se necesitan antibióticos ya que la tos aguda, la gripe y la bronquitis son casi siempre causadas por un virus, y la bronquitis crónica requiere otras terapias. Si su proveedor le diagnostica a usted o su hijo con neumonía o tos ferina, es más probable que se receten antibióticos.

*Si su niño es menor de tres meses y tiene una fiebre de más de 100.4° F, llame a su proveedor de inmediato.*

### Cómo sentirse mejor

- Descanse lo suficiente.
- Beba líquidos en abundancia, especialmente líquidos cálidos.
- 1 cucharadita de miel (para niños mayores de un año de edad) puede utilizarse como jarabe para la tos para adelgazar las secreciones y aflojar la tos;
- Tome acetaminofeno, ibuprofeno o naproxeno para aliviar el dolor o la fiebre. (Consulte con su proveedor o farmacéutico acerca de cuáles medicamentos son seguros para los bebés y niños.)
- Utilice un humidificador o un vaporizador limpio o respire el vapor de un recipiente con agua caliente o la ducha.
- Evite fumar, el humo de segunda mano y otros contaminantes del aire, y
- Use pastillas (en personas 6 años de edad y mayores).



Oregon Alliance Working for Antibiotic  
Resistance Education  
800 N.E. Oregon Street STE 772  
Portland, Oregon 97232  
[www.healthoregon.org/antibiotics](http://www.healthoregon.org/antibiotics)

De solicitarse, este documento se facilitará en otros formatos a personas con discapacidades o en otros idiomas aparte del inglés para las personas con un nivel limitado de inglés. Para solicitar este documento en otro formato o idioma, comuníquese con la División de Salud Pública al 971-673-1222 ó 971-673-0372 para TTY (personas con problemas auditivos).