

## CATARROS O RESFRIADOS COMUNES

---

### ¿Qué es?

El catarro o resfriado es una infección de origen vírico que aparece con una gran incidencia año tras año sobre todo en el periodo comprendido entre el otoño y el invierno aunque no es exclusivo de estas estaciones. La mayor parte están producidos por la familia de virus conocida como Rinovirus y producen una sintomatología que aunque por lo general no suele ser grave puede llegar a resultar molesta. Cabe destacar que el virus de la gripe puede producir sintomatología similar al catarro aunque su origen estará en otra familia de virus conocidos como Influenza, podrá acompañarse de síntomas que producen mayor afectación del estado general y pueden producir potencialmente mayores complicaciones.

### ¿Qué síntomas produce?

La incubación de los virus que producen el cuadro catarral pueden tener un periodo de incubación de entre 48-72 horas hasta que inicia la aparición de síntomas. Estos serán los siguientes:

- Dolor, picor o escozor de garganta, que produce molestias al tragar.
- Rinorrea (moqueo nasal), que suele ser de características líquidas al inicio haciéndose más espeso y/o de color verdoso con el paso de los 2-3 días siguientes.
- Congestión nasal, con sensación de dificultad al paso de aire por la nariz.
- Estornudos.
- Tos.
- Mal estar general, en ocasiones pudiendo ir acompañado de febrícula o fiebre.

### ¿Cómo se diagnostica?

El diagnóstico de un catarro o resfriado común es fundamentalmente clínico en función de la sintomatología y la exploración física, descartando con está otras complicaciones o enfermedades que puedan empeorar el cuadro clínico. En este sentido, hay que destacar que personas con asma, episodios de bronquitis de repetición, fumadores o personas con patología respiratoria requerirán un seguimiento más cercano por su médico de cabecera para evitar posibles complicaciones. Si se sospecha una sobreinfección respiratoria o neumonía puede ser necesario completar el diagnóstico con una radiografía simple de tórax.

### ¿Cómo se trata?

El tratamiento es básicamente sintomático mediante la hidratación, el uso de analgésicos, antipiréticos como el paracetamol (que ayudan a disminuir la temperatura y la sensación de malestar general), los antiinflamatorios, antitusígenos, descongestionantes, antihistamínicos en pacientes que padezcan un componente alérgico y/o congestión nasal o rinorrea...

Es importante destacar que los catarrros o resfriados comunes no se tratan con antibióticos, ya que se trata de una infección vírica (sobre la que no tienen ningún efecto los antibióticos y contribuyen a la resistencia a estos) y no bacteriana. Solo estarían indicados en sospechas de sobreinfecciones respiratorias bacterianas o neumonías.

*Grupo de trabajo de homeopatía de la SEMERGEN*

**Dr. Javier Precioso Costa NC: 4622492**

**Dr. Fernando M<sup>a</sup> Navarro Ros NC: 4622291**