

Infecciones de las vías respiratorias (RTI)

Guía detallada sobre cómo tratar la infección

¿Qué es una infección de las vías respiratorias?

Aquella que se produce en las vías respiratorias superiores o inferiores y provoca diversos síntomas. Suele estar causada por un virus, pero a veces puede ser bacteriana.

¿Cuáles son los síntomas más comunes de una infección de las vías respiratorias?

Fosas nasales

- Nariz taponada o moqueo

Senos paranasales

- Dolor
- Inflamación

Pulmones

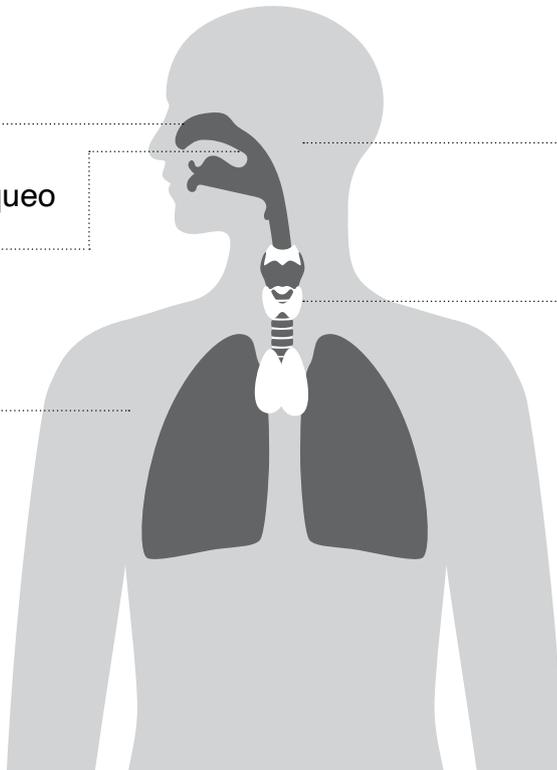
- Tos
- Dificultad respiratoria
- Tos con flema

Oídos

- Dolor de oídos

Garganta

- Dolor de garganta
- Inflamación de las amígdalas



1

Cómo sentirse mejor

Sea cual sea su infección, puede hacer lo siguiente para aliviarla.



Tome paracetamol para reducir el dolor. Siga siempre las instrucciones del envase.



Pida consejo a su farmacéutico para aliviar los síntomas.



Descanse lo suficiente hasta que se sienta mejor.



Beba suficiente líquido para evitar la sensación de sed.



Utilice pañuelos desechables al estornudar para evitar la propagación de infecciones.



Lávese las manos con frecuencia y después de utilizar los pañuelos.

Para más información, visite la página web del NHS en www.nhs.uk. La mayoría de las infecciones comunes mejoran sin antibióticos. Infórmese sobre cómo hacer un mejor uso de los antibióticos en www.antibioticguardian.com.

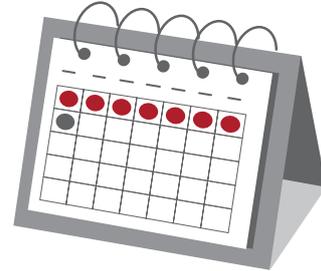
2

Compruebe la duración de los síntomas



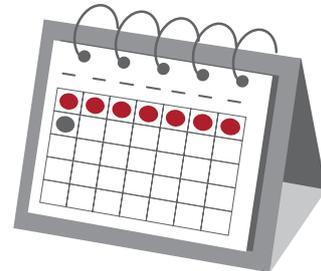
Dolor de oídos

Suele mejorar a los
7 u 8 días



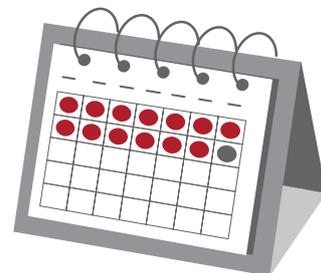
Dolor de garganta

Suele mejorar a los
7 u 8 días



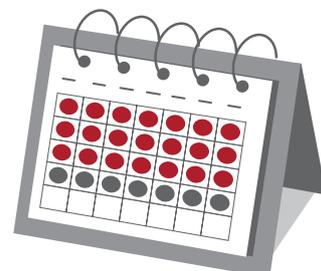
Resfriado

Suele mejorar a los
14 días



Tos

Suele mejorar a las
3 o 4 semanas



Si no ha empezado a mejorar un poco en los plazos indicados anteriormente, acuda a un farmacéutico o póngase en contacto con su médico de familia.

Si se encuentra mucho peor, llame al **NHS 111** o al **NHS 24** (consulte el paso 4).

3

Preste atención a los síntomas graves

Si tiene una infección y presenta alguno de los síntomas siguientes, **acuda urgentemente al médico**. Llame a su **médico de familia**, al **NHS 111** o al **NHS 24**.



Dolor de cabeza intenso



Sensación de frío en la piel



Dificultad respiratoria



Desorientación



Dolor en el pecho



Dificultad al tragar



Tos con sangre



Sensación de empeoramiento

4

Dónde pedir ayuda

NHS England



**NHS 111
Wales**



NHS Scotland



**Northern
Ireland**

Contact your
GP practice



En caso de **emergencia**, llame inmediatamente al 999