



**Información para pacientes**

**CONSEJOS CUANDO ALGUIEN  
DE SU FAMILIA TENGA  
UNA INFECCIÓN**

**Proyecto Happy Audit  
Un Proyecto Europeo de Médicos de Familia**



# ¿VIRUS O BACTERIAS?

En pocas palabras, los virus causan infecciones virales y las bacterias causan infecciones bacterianas. Sin embargo, también hay otras diferencias. Las bacterias se diseminan habitualmente a través del contacto corporal, especialmente a través de las manos. Los virus son mucho más pequeños que las bacterias y a menudo se diseminan fácilmente en el aire pero también a través del contacto con las manos.

La mejor manera de prevenir algunas infecciones virales es la vacunación. Para los virus que causan infecciones en las vías aéreas, existe una vacuna contra la gripe, que es de especial importancia para personas ancianas y con enfermedades pulmonares o cardíacas crónicas. La higiene es de gran importancia para prevenir la diseminación de la infección. Muchas infecciones son transmitidas a través del contacto con las manos. Por eso, lávese sus manos a menudo, si es posible utilice servilletas de papel, no estornude en el aire ni en sus manos sino que debe hacerlo en un pañuelo o protegiéndose con sus brazos.

**Los antibióticos no tienen ningún efecto sobre los virus y, por consiguiente, no son útiles si tiene una infección viral.**

## ¿CUÁNDO PUEDEN SER ÚTILES LOS ANTI-BIÓTICOS?

*La mayoría de las infecciones, incluidas algunas bacterianas, se curan gracias a nuestro sistema inmunitario, que es muy efectivo. Sólo cuando estamos afectados por infecciones bacterianas, los antibióticos pueden ser de utilidad.*

# ANTIBIÓTICOS, UNA CLASE IMPORTANTE DE MEDICAMENTOS

Cuando se utilizan correctamente, los antibióticos pueden curar algunas enfermedades infecciosas y salvar vidas, pero cuando son utilizados incorrectamente pueden ser perjudiciales.

Si utilizamos los antibióticos muy a menudo o incorrectamente, las bacterias pueden volverse resistentes y el antibiótico ya no será de ayuda. Esto es un problema cada vez mayor en muchos países. Por lo tanto, es muy importante que se utilicen de forma restrictiva y con sumo cuidado; de lo contrario, dejarán de ser efectivos frente a infecciones bacterianas que puedan poner en riesgo nuestras vidas.

Debido a que muchos antibióticos se prescriben a niños de corta edad, es de vital importancia que los padres los utilicen correctamente. Ellos deberían consultar siempre con su médico de familia o pediatra para saber si éste los considera necesarios.

**- “ASÍ, ¿NO SIEMPRE CURARÁN  
LOS ANTIBIÓTICOS TODAS  
LAS INFECCIONES?”**

**CORRECTO, ¡CONSULTE SIEMPRE  
A SU MÉDICO!**

*Los antibióticos funcionan sólo frente a las infecciones causadas por bacterias. No son efectivos contra ningún tipo de infección causada por virus. Si Usted tiene una infección viral los antibióticos ni lo van a curar, ni lo van a mejorar ni evitarán que Usted infecte con su virus a otra persona.*

# C A T A R R O

Un catarro o resfriado común comienza con una congestión nasal y algunas veces fiebre. Pueden aparecer dolor de garganta y tos después de unos pocos días.

El color del moco (amarillo o verde) que aparece después de unos días es causado por su sistema inmune y no es un signo de infección bacteriana que debiera ser tratado con antibióticos. La mayoría de los resfriados se curan a los 7-10 días.

Centenares de virus distintos causan el "catarro común". Los niños tienen entre 6 y 8 catarros anuales y los adultos, aproximadamente cuatro al año.

Habitualmente no es necesario utilizar pruebas de laboratorio para confirmar el diagnóstico de un resfriado.

Los antibióticos no sólo no son eficaces sino que pueden ser perjudiciales y tener efectos secundarios.

*No es necesario que acuda a su médico ni tampoco debe tomar antibióticos cuando tiene un resfriado. En caso de necesidad puede usar analgésicos o antitérmicos.*



# FARINGITIS

Si Usted tiene dolor de garganta y además tos o congestión nasal, presenta entonces una infección causada por un virus y, por tanto, debe tratarse como un resfriado. Los antibióticos no serán por tanto eficaces.

Si su garganta está afectada, tiene fiebre y se siente enfermo, pero no tiene tos ni le gotea la nariz, entonces su infección podría estar causada por una bacteria. Es difícil probar si la infección es causada por una bacteria (estreptococo) o por un virus. Una manera de ayudar al médico es haciendo una prueba rápida en la consulta y si ésta indica una infección causada por bacterias, entonces le podría ser útil la penicilina.

La mayoría de las infecciones bacterianas son curadas por el sistema inmunitario. Sólo en unos casos seleccionados el médico puede prescribir penicilina si prevé mala evolución o posibilidad de complicaciones.



*Usted debería visitar a su médico si tiene: dolor de garganta, problemas para abrir la boca, no es capaz de tragar saliva o tiene fiebre alta y siente malestar general.*

# G R I P E

La gripe está causada por un virus muy agresivo que se disemina muy fácilmente. A menudo, muchos de sus vecinos y amigos se afectan al mismo tiempo.

Los síntomas incluyen habitualmente fiebre alta, tos, dolor de garganta, dolor de pecho y de músculos. La fiebre dura habitualmente de 3 a 5 días pero la tos puede tardar hasta dos semanas en desaparecer.

Los antibióticos no le ayudarán. Tome analgésicos y medicamentos para aliviar la tos si es necesario y quédese en casa hasta que se sienta mejor.

*No necesita acudir a su médico a menos que empeore después de 5 – 7 días o si tiene enfermedad cardíaca o pulmonar crónica.*

# S I N U S I T I S

Una inflamación repentina de la cara con sensibilidad dolorosa puede ser el síntoma de una infección bacteriana y debería ser evaluada por su médico.

Un catarro común puede complicarse a los 7-10 días de evolución con una sinusitis bacteriana. Los síntomas incluyen congestión nasal, dolor importante de cara y dientes y algunas veces, pueden afectar sólo a un lado de la cara. Pueden proporcionar algún alivio los analgésicos.

Los pacientes con síntomas de sinusitis bacteriana pueden beneficiarse de la utilización de antibióticos.

*No son signos de sinusitis bacteriana el dolor de cabeza, el malestar cuando se inclina hacia delante ni la congestión nasal, por lo que la utilización de antibióticos no mejora estos síntomas.*

# OTITIS

Las infecciones de oídos causan dolor, particularmente en niños y el único signo puede ser el llanto. Para diagnosticar una infección de oídos, debe examinarse el tímpano.

Puede ser de ayuda el tratamiento antibiótico inmediato si el niño es menor de 2 años de edad, si ambos oídos están afectados, si existe perforación de tímpano, o bien, hay fiebre y malestar general.

En el caso de niños mayores de 2 años de edad, el 60% mejoran el dolor en 24 horas y el 85% a los 3 días sin tratamiento antibiótico.

El tratamiento antibiótico puede reducir el dolor o acelerar la recuperación en uno de cada 15 niños mayores de 2 años.

*Se recomienda tomar analgésicos los primeros días. Si el paciente no mejora a los 3 días, acuda a su médico de familia o pediatra por si es necesario un tratamiento antibiótico.*

# BRONQUITIS

Una bronquitis (resfriado cogido en el pecho) es en la mayoría de los casos una infección causada por virus. Un tipo particular es la causada por el virus de la gripe.

La bronquitis puede comenzar como un catarro común o comenzar en el pecho y las vías aéreas. La infección causa tos, algunas veces con moco. El color de la flema o esputo no es indicador de una infección bacteriana que requiera tratamiento con antibióticos. El color del moco es solamente un indicador de que el sistema inmune está trabajando bien.

La fiebre pasará después de unos pocos días, pero la tos puede persistir durante 2-3 semanas.

Los antibióticos no ayudan en acelerar la curación ni reducen la tos.

*Acuda a su médico si tiene un resfriado fuerte cogido en el pecho, tiene dificultad para respirar o presenta una enfermedad cardíaca o pulmonar crónica.*

Versión Oficial en Castellano

Información para Pacientes



Lund University  
Department of Clinical Sciences, Malmö  
General Practice/Family Medicine  
Malmö University Hospital  
SE-205 02 MALMÖ