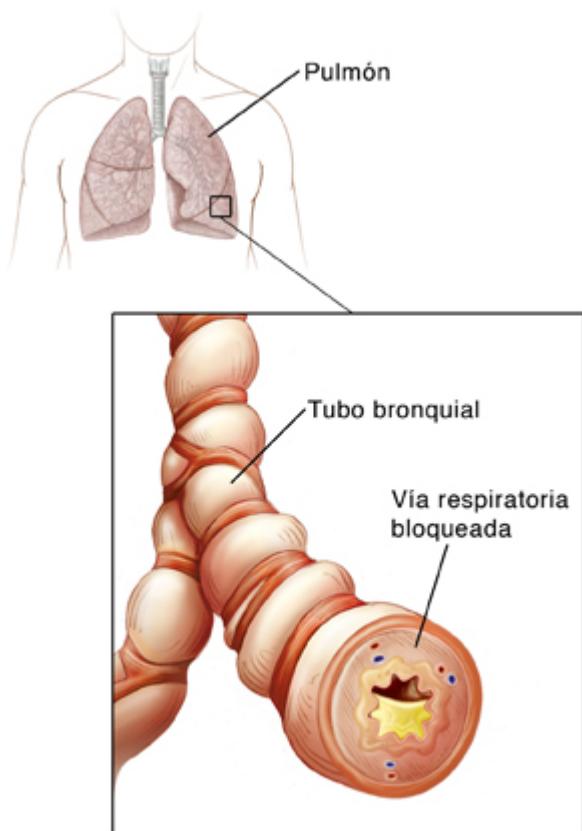


# Bronquitis aguda

Su proveedor de atención médica le ha dicho que usted tiene bronquitis aguda. La bronquitis es una infección o inflamación de las vías respiratorias en los pulmones (tubos bronquiales). Normalmente, el aire pasa con facilidad por las vías respiratorias. La bronquitis estrecha las vías respiratorias. Esto dificulta la entrada y salida de aire de los pulmones. Esto causa síntomas, como falta de aire, tos con mucosidad amarilla o verde y sibilancias.

La bronquitis puede ser aguda o crónica. Es aguda cuando aparece de repente y desaparece al poco tiempo. Es crónica cuando la afección dura mucho tiempo y a menudo vuelve a aparecer. La mayoría de las personas con bronquitis aguda mejoran en 1 a 2 semanas.



## ¿Cuáles son las causas de la bronquitis aguda?

La causa frecuente de la bronquitis aguda son los virus, como el del resfriado o el de la gripe. En casos poco frecuentes, puede deberse a bacterias. Determinados factores facilitan que el resfriado o la gripe se transformen en bronquitis. Por ejemplo, ser muy joven o anciano, tener problemas en el corazón o en los pulmones o tener un sistema inmunitario debilitado. El hábito de fumar también aumenta las probabilidades de tener bronquitis.

Cuando se produce una bronquitis, las vías respiratorias se inflaman. Además, es posible que dichas vías se infecten con bacterias. Esto se conoce como infección secundaria.

## Síntomas de la bronquitis aguda

Los síntomas pueden incluir lo siguiente:

- Tos con mucosidad
- Sibilancias
- Dificultad para respirar
- Dolor de pecho
- Fiebre
- Sensación de cansancio (fatiga)

## Diagnóstico de la bronquitis aguda

Su proveedor de atención médica le preguntará sobre sus síntomas y su historia clínica. Le hará una exploración física. Esto incluirá escucharle los pulmones mientras respira. Si tuvo fiebre, podrían hacerle una radiografía de tórax en busca de neumonía (infección bacteriana de los pulmones). Es posible que también le pidan un análisis de sangre o un hisopado de nariz o garganta para ver si tiene una infección.

## Tratamiento de la bronquitis aguda

En general, la bronquitis desaparece en una o dos semanas sin tratamiento. Usted puede ayudar a sentirse mejor al:

- Tomar los medicamentos según lo indicado. Consultar con su proveedor de atención médica antes de tomar cualquier medicamento de venta libre. Algunos medicamentos de venta libre le ayudarán a aliviar la inflamación de sus tubos bronquiales. También pueden diluir la mucosidad. Esto facilita la expulsión mediante la tos. Su proveedor de atención médica le puede recetar un inhalador para ayudar a abrir los bronquios. Tome cualquier antibiótico que le hayan recetado exactamente como le indicaron. En la mayoría de los casos, la bronquitis aguda se debe a una infección viral. No se suelen indicar antibióticos para este tipo de infecciones.
- Beba mucho líquido, como agua, jugo o sopa tibia. Los líquidos aflojan la mucosidad, y podrá expulsarla mediante la tos. Esto le ayudará a respirar más fácilmente. Además, los líquidos ayudan a evitar la deshidratación.
- Use un humidificador. Este puede ayudarlo a reducir la tos.
- Descanse mucho
- No fume. Además, no permita que nadie fume en su casa. En los lugares públicos, evite el tabaquismo pasivo.

## Recuperación y citas de seguimiento

Programe un seguimiento con su proveedor de atención médica. Es probable que se sienta mejor en 1 a 2 semanas. Es posible que tenga tos seca durante un tiempo más prolongado. Informe al proveedor si sigue teniendo síntomas (además de la tos seca) después de dos semanas. Dígale si es propenso a tener infecciones bronquiales.

## Consejos sobre cuidados personales

Para aliviar los síntomas y prevenir la bronquitis:

- **Deje de fumar.** Dejar de fumar es el paso más importante que puede dar para tratar la bronquitis. Si necesita ayuda para dejar de fumar, hable con su proveedor de atención médica.
- **Evite el tabaquismo pasivo y otros irritantes.** Intente mantenerse lejos del humo, los productos químicos, los vapores y el polvo. No permita que nadie fume en su casa. En días con mucha contaminación, permanezca en el interior.
- **Prevenga las infecciones pulmonares.** Pregúntele al proveedor de atención médica sobre las vacunas, por ejemplo, contra la gripe y la neumonía. Tome las medidas necesarias para prevenir el resfriado y otras infecciones pulmonares. Manténgase alejado de las multitudes durante la temporada de resfriado y gripe. Aléjese de otras personas que estén enfermas.
- **Lávese bien las manos.** Lávese las manos a menudo con agua y jabón por, al menos, 20 segundos. Use desinfectante para manos a base de alcohol al 60 % como mínimo cuando no pueda lavarse las manos.

## **Cuándo llamar a su proveedor de atención médica**

Llame al proveedor de atención médica si tiene cualquiera de los siguientes síntomas:

- Fiebre de 100.4 °F ( 38.0 °C) o superior, o según le indique el proveedor de atención médica
- Síntomas que empeoran o síntomas nuevos
- Síntomas que no mejoran en una semana

## **Cuándo llamar al 911**

Llame al 911 si tiene algo de lo siguiente:

- Dificultad para respirar que no mejora con el tratamiento
- Piel, labios o uñas de aspecto azul, gris o pálido