Publicado en *Familia y Salud* (https://www.familiaysalud.es)

Si un alumno tiene neumonía; ¿qué hay que saber?

¿Qué es la neumonía?

Es una inflamación de los pulmones. Casi siempre debida a una infección por virus y/o bacterias.

¿Cómo se produce la infección?

Los gérmenes pueden llegar a los pulmones por diversas vías. Las más frecuentes son:

- La inhalación de bacterias o virus que están en la nariz o garganta del niño.
- Por el aire, a través de las gotitas que producen las personas enfermas al toser o estornudar.
- Por compartir vasos, cubiertos, juguetes, otros utensilios o tocar pañuelos de un enfermo.

¿Qué síntomas presenta?

Los síntomas pueden variar. Dependen de la edad, el germen que tenga y de si el niño tiene alguna enfermedad importante previa. Los padres deben consultar al médico si su hijo además de fiebre tiene:

- Tiene una **respiración muy rápida.**
- **Respira con dificultad**. No porque tenga la nariz tapada, sino porque no le entra bien el aire en los pulmones. Si se le oyen pitos en el pecho, se le hunden las costillas o cada vez que respira abre mucho los orificios de la nariz.

También puede tener tos. A veces no se tiene tos desde el principio. Los niños mayores y adolescentes a veces notan dolor en el pecho. Otros síntomas: escalofríos, cansancio, pérdida de apetito o vómitos.

La neumonía por virus afecta sobre todo a menores de 3 años. Suele empezar poco a poco. Primero se tiene un simple catarro y luego hay otros síntomas como no querer comer, vómitos o estar más irritable.

Hay algunas bacterias como *Mycoplasma* y *Chlamydia,* que causan neumonía sobre todo en niños mayores de 4-5 años y adolescentes. Igual que las que son por virus, sus síntomas comienzan de forma progresiva, son más leves, puede que no exista fiebre o no sea muy alta. La tos es más seca y se tiene dolor de cabeza y muscular. Son las llamadas neumonías atípicas.

En cambio, la neumonía bacteriana típica empieza de manera brusca con fiebre alta, regular estado general y a veces dolor torácico. La produce casi siempre el neumococo. Suele afectar a niños más mayores que las víricas, aunque pueden darse a cualquier edad. A veces la infección es mixta (virus y bacterias).

¿Qué se hace en la consulta del pediatra?

Si el alumno presenta estos síntomas, se debe informar a los padres para que consulten al pediatra.

- El pediatra puede diagnosticar la neumonía con la información que aporten los padres y la exploración del niño.
- A veces solicitará una radiografía de tórax para confirmar el diagnóstico. No siempre es necesaria.
- Hará una revisión de control en 24-48 horas o cuando lo considere necesario para ver la evolución. La mejoría se suele observar en 1-3 días. La tos puede durar varias semanas. Irá cediendo poco a poco según vaya venciendo la enfermedad.
- Puede que el pediatra mande el niño al hospital si lo ve grave o por otros motivos.

Si la evolución es buena no hay que hacer radiografía de control. Las radiografías emiten radiaciones. Si hay que hacer otra radiografía no se debe de hacer antes de 4 semanas.

¿Cómo se trata la neumonía?

La mayoría de los niños pueden tomar el tratamiento en su casa. Ingresan en el hospital: los niños muy pequeños, los que parece que están graves o los que tienen alguna enfermedad que se puede complicar.

A los padres se les da información para casa, que deben tener en cuenta:

- Si tiene fiebre tomará *paracetamol* o *ibuprofeno*.
- **Dar de beber líquidos**. Así estará bien hidratado.
- Pueden aliviarle los lavados nasales con suero fisiológico y aspirar las secreciones.
- **No** se recomienda usar medicinas para la tos. Si quitamos la tos no se eliminan los mocos que produce la infección.
- **No** se recomiendan mucolíticos ni expectorantes. Pueden tener efectos secundarios graves.
- Le dirán que tome antibiótico si se sospecha **neumonía por una bacteria.**
- Los **antibióticos no sirven** si la **neumonía es por virus.** Estos niños solo necesitan control.

Se deben seguir siempre los consejos del pediatra. No deben tomar otro tipo de medicinas. Tampoco se debe suspender el tratamiento que les han indicado hasta el final. Deben **consultar** de nuevo **si empeora o no** observa ninguna **mejoría en 24-48 horas.** También si tienen alguna duda.

¿Cómo se puede prevenir la neumonía?

- Vacunando a los niños. Es la **medida más eficaz** para la prevención. Las vacunas disponibles protegen frente a bacterias y virus que pueden producir neumonías graves: Neumococo, *Haemophilus influenzae* tipo b, Tos ferina y Sarampión. La vacuna antigripal se recomienda en niños de riesgo.
- Siempre que pueda, tomar lactancia materna. Al menos 4 meses. Favorece las defensas del niño y previene las infecciones.
- No fumar en presencia del niño. Evitar el humo del tabaco. El tabaco aumenta el riesgo de infecciones respiratorias.
- El lavado de manos, tanto de los niños enfermos como de las personas de su entorno. **Ventilar** las habitaciones y las aulas. No **compartir** utensilios. Todos estos consejos evitan la transmisión.

¿Es preciso que el niño se quede en casa durante el tratamiento o puede acudir al colegio?

Como norma general, en todas las enfermedades que cursan con fiebre, además de las recomendaciones específicas para cada una de ellas, es necesario que el niño haya estado 24 horas sin fiebre antes de volver a la escuela.

No debe incorporarse al centro escolar hasta que el niño se encuentre bien y pueda hacer sus actividades normales. Es decir, esté sin fiebre, haya disminuido la tos o la dificultad respiratoria, no esté irritable y recupere su energía.

Tampoco debe incorporarse si la enfermedad requiere más atenciones de las que los responsables a cargo del alumno pueden darle, reduciendo su atención o la del resto de alumnos.

Resumiendo:

- Si el niño se encuentra bien y ha quedado afebril, puede reincorporase a las 24-48 h de inicio del antibiótico.
- En función del estado general del niño (aproximadamente 1 semana).

Viejos mitos que hay que desterrar

- No existe el “principio de neumonía”. La neumonía está o no está.
- Los antibióticos no previenen la neumonía. No están indicados ante un catarro. Los catarros suelen ser por un virus.
- No todas las neumonías se tratan con antibióticos. En niños pequeños la mayoría de las infecciones son víricas y no precisan tratamiento antibiótico. El pediatra decide si tiene que tomar antibiótico. Ya sabemos que si se usan cuando no se necesitan puede hacer que luego sean menos eficaces.

Hace muchos años la neumonía era una enfermedad muy peligrosa. Esto sigue pasando en los países en desarrollo. Ahora mismo, en los países desarrollados, la mayoría de los niños se recuperan muy bien. El niño podrá hacer una vida normal. No pasa nada por haber tenido una neumonía.

Más información...

- RECURSOS *Familia y Salud*: Escucha el Vídeo: Neumonía

Fecha de publicación: 15-08-2020

Autor/es:

- Mª Isabel Úbeda Sansano. Pediatra. Centro de Salud de L’Eliana. L’Eliana (Valencia)
- Mª Teresa Asensi Monzó. Pediatra. Centro de Salud "Serrería". Valencia
- Grupo de Vías Respiratorias. AEPap.

CC BY NC ND