
¡No para de toser!, ¿siempre es lo mismo?

¿Qué es la tos?

[La tos](#) es un síntoma. Sirve para limpiar las vías respiratorias. Es un mecanismo de defensa de nuestra vía aérea.

Puede ser molesta si es muy intensa o dura mucho tiempo. Altera la calidad de vida del niño y su familia. Genera un alto número de consultas médicas.

Un 10% de niños en edad escolar y hasta el 20% de los preescolares consultan al pediatra por su tos, más en invierno. Es uno de los principales motivos de uso de fármacos.

¿Para qué sirve?

Protege las vías aéreas de la inhalación de irritantes o la aspiración de cuerpos extraños. Permite la eliminación de las secreciones.

Todos los niños tosen. En la mayoría de los casos se cura sola. (Lee: [Decálogo de la tos](#))

¿Cómo o por qué se produce la tos?

Aparece al estimularse los receptores de las vías respiratorias. Ocurre ante el exceso de secreciones (catarros), inhalación de humo de irritantes (tabaco, contaminación...), infecciones o alergia.

¿Cuál es la evolución natural de la tos en los catarros?

La tos debida a infecciones virales agudas dura entre 2 y 4 semanas. Es frecuente que estas se prolonguen o solapen ([más en niños que van a guardería](#)) y parezca que la tos dura mucho tiempo...aunque pasan días con menos tos. Por lo tanto, existe un periodo, más o menos largo de hasta 4 semanas, hasta la curación de la tos.

¿Cuándo hablamos de tos crónica?

Cuando dura más de 4 semanas todos los días y sin periodos de mejoría. Se debe diferenciar de la tos aguda con recuperación lenta y de la tos aguda recurrente.

¿Cuándo tengo que preocuparme y debo consultar con el pediatra...?

Si tiene tos durante más de un mes, sin mejoría y asocia otros síntomas como fiebre, dificultad para respirar o pérdida de peso.

¿Hay que hacer pruebas?

La historia clínica y la exploración física son esenciales para el diagnóstico. Si su pediatra lo cree conveniente le solicitará pruebas, como una [radiografía](#) de tórax y una [espirometría](#).

¿Cómo se trata?

No hay evidencia científica para usar [tratamientos sintomáticos que alivien la tos](#), como jarabes antitusígenos.

El control de la tos se basa en el tratamiento de la enfermedad que la causa. En muchos casos no tenemos un diagnóstico claro y solo se debe hacer un control del niño.

Si la tos persiste en el tiempo y se descartan otras enfermedades, su pediatra valorará un tratamiento:

- Ante una **tos seca** y con factores de riesgo para asma, se puede hacer una prueba con [corticoides inhalados](#).
- Si la tos es **productiva** se puede sospechar una bronquitis bacteriana prolongada. Puede ser necesario un tratamiento [antibiótico](#), que a veces hay que alargar hasta 6-8 semanas.

Durante y tras el tratamiento su pediatra lo valorará. Si no responde deberá ser valorado por un Neumólogo Infantil.

La presencia de más de una causa de la tos puede ser la causa de fracaso del tratamiento.

¿Cómo puedo prevenirla o evitarla? ¿Qué puedo hacer en casa para mejorarla...?

Evitar factores ambientales o el [humo del tabaco](#) y la contaminación. Pueden aumentar la tos.

El uso de medicamentos sin prescripción médica se deben evitar. La asociación de varios medicamentos puede producir toxicidad.

Fecha de publicación: 29-10-2018

Última fecha de actualización: 24-10-2022

Autor/es:

- [M^a Teresa Asensi Monzó](#). Pediatra. Centro de Salud "Serrería". Valencia
- [Grupo de Vías Respiratorias](#). AEPap.

