

---

## Medicamentos para los catarros: ¿son eficaces, son seguros?

### ¿Qué son los catarros?

[Los catarros](#) o resfriados son infecciones de las vías respiratorias altas, en los que hay mocos, congestión de nariz, tos y a veces fiebre. Los causan muchos tipos de virus.

La mayor parte de los niños están [mejor tras 3 ó 4 días](#) de comenzar el resfriado, pero más de la cuarta parte siguen con tos y mocos al cabo de una semana, y algunos continúan con ellos [después de 2-3 semanas](#).

Hoy en día **no hay ningún tratamiento que prevenga, cure o acorte los catarros**. Las medidas recomendadas para aliviar los síntomas son:

- El uso de [analgésicos-antitérmicos](#) si hay dolor o fiebre alta que moleste al niño.
- Dar líquidos adecuados a la edad del niño para que esté bien hidratado (agua, leche, caldos, zumos...).
- Limpiar los mocos de la nariz [con suero fisiológico](#) cuando haga falta (antes de comer, de dormir, o cuando esté taponada la nariz).
- Acostar en posición semiincorporada (semisentado).
- Evitar irritantes de las vías respiratorias (tabaco, polvo, humo...).

Por tanto, los catarros no tienen tratamiento, y en general se curan solos en una o dos semanas. [Los antibióticos](#) no curan ni acortan la duración de los catarros no complicados (que son el 90% de los catarros). El [lavado de manos](#) de niño y cuidadores es una medida eficaz para evitar la transmisión de los virus catarrales.

### ¿Qué son los anticatarrales?

Son fármacos que desde hace mucho tiempo se han utilizado para intentar aliviar los síntomas de los catarros. Entre ellos hay varios tipos:

- Mucolíticos-expectorantes.
- Descongestivos nasales.
- [Antitusígenos](#).

Estas medicinas se venden en forma de jarabes, supositorios o pastillas que llevan con frecuencia una mezcla de varios productos.

La mayor parte de estos fármacos no se han ensayado nunca en niños. Cuando se han utilizado no se ha visto que tengan un efecto beneficioso, pero sí que han provocado efectos adversos (daños) importantes, sobre todo en los niños más pequeños. En esta sección vamos a hablar de todos ellos menos de los antitusígenos (medicamentos contra la tos) que se verán en otro apartado.

### Los mucolíticos y expectorantes

1. Los **mucolíticos** tratan de disminuir la viscosidad del moco haciéndolo más líquido. Entre ellos están:

- *Carbocisteína*
- *N-acetilcisteína*
- *Bromhexina*
- *Ambroxol*

La mayor parte se presentan en jarabes, aunque también los hay en ampollas para usar en aerosol. Se desaconsejan en menores de dos años por su falta de seguridad y porque no se sabe si son eficaces. Tienen pocos efectos adversos en mayores de 2 años, pero tienen pocos beneficios y encarecen el tratamiento.

2. Los **expectorantes** tratan de eliminar el moco de las vías respiratorias. Entre ellos están:

- Aceites esenciales
- Vapor de agua
- Bálsamos
- *Guaifenesina*

3. **El agua**. Siempre que hay mocos y tos se aconseja beber agua o líquidos. Con ello se intenta que la garganta no esté reseca y limpiar los mocos, de forma que al beber pasen al estómago y se eliminen con las heces. También ayuda a que el niño esté hidratado, ya que en estas enfermedades suele haber fiebre y vómitos y eso aumenta sus necesidades de agua.

Otra ventaja de beber o de tragar líquidos frecuentemente es que al tragar se abre el conducto que comunica los oídos con la garganta (trompa de Eustaquio). Esto favorece la expulsión del moco que se pueda haber acumulado en el oído medio y que si es exagerado puede causar una otitis, lo que provoca dolor y/o disminuye la capacidad de oír. Hoy por hoy no se puede decir que el agua haga el moco más líquido, es decir que sea un mucolítico, pues esto nunca se ha estudiado en los catarros.

### Los descongestivos nasales

Tratan de disminuir o secar el moco y la congestión de nariz. Hay preparados para uso nasal (tópico) y para uso en jarabe o comprimidos (sistémicos). Entre ellos se incluyen:

- Simpaticomiméticos (*fenilefrina*).
- Antihistamínicos (*azatadina, loratadina, cetirizina*).
- Mezclas variadas de ellos en un mismo frasco.

No se recomiendan en menores de 6 a 12 años. Pueden aliviar la congestión en niños mayores. En ellos se usarán

con el consejo médico y/o del farmacéutico y durante poco tiempo (menos de 5 días).

### **Efectos adversos que producen**

Entre los efectos indeseables graves de estos medicamentos en menores de 6 años están:

- **Con los descongestivos:** los trastornos del ritmo cardíaco y otros problemas cardiovasculares,
- **Con los antihistamínicos:** las alucinaciones y
- **Con los antitusígenos:** la disminución del nivel de conciencia y producción de encefalopatía (alteración del estado mental).

Estos problemas se pueden deber a sobredosis accidentales, a un uso incorrecto involuntario y a interacciones de varios medicamentos entre ellos o del medicamento con la persona que lo usa.

En la siguiente tabla pueden verse los efectos indeseables más frecuentes de estos medicamentos y los nombres comerciales más conocidos (Nombre®).

**TABLA 1: EFECTOS ADVERSOS (dañinos) DE LOS FARMACOS ANTICATARRALES**

TIPO DE ANTICATARRAL	EJEMPLOS (Marcas más usadas entre paréntesis®)	EFECTOS ADVERSOS
DESCONGESTIONANTES	<b>Pseudoefedrina, fenilefrina</b> <i>(Paidoterin descongestivo®, Inistolin antitusivo®, Inistolin pediátrico expectorante®)</i>	Latidos del corazón rápidos, fuertes o irregulares. Nerviosismo, irritabilidad, temblor. Hipertensión, disminución del apetito. Sueño o insomnio. Dolores de cabeza, alucinaciones, intranquilidad, convulsiones. Sequedad de boca
	<b>Fenilpropanolamina</b> <i>(Benadri®, Seniora®)</i>	Hemorragias cerebrales, elevación tensión arterial (adultos).
ANTIHISTAMÍNICOS	<b>Difenhidramina</b> <i>(Paidoterin descongestivo®)</i>  <b>Clorfeniramina</b> <i>(Paidoterin descongestivo®, Frenadol Junior®)</i>  <b>Bromfeniramina</b> <i>(Ilvico®)</i>	Somnolencia /sedación, mareos, dolores de cabeza, sequedad de boca y ojos, agitación, depresión respiratoria, latidos del corazón rápidos, fuertes o irregulares, alucinaciones, visión borrosa, convulsiones, muerte.
EXPECTORANTES Y MUCOLÍTICOS	<b>Guaifenesina</b> <i>(Iniston expectorante®, Robitusin®, Inistolin pediátrico expectorante®)</i>  <b>Bromexina</b> <i>(Bisalvan mucolítico®)</i>	Náuseas, diarrea, mareos, dolores de cabeza (en general llevaderos), dolor abdominal.
	<b>Acetilcisteína</b> <i>(Fluimucil®, Flumil®)</i>  <b>Carbocisteína</b> <i>(Actithiol infantil®, Pectox®)</i>	Moco exagerado en bronquios en menores de 2 años.

**Otros tratamientos**

- Los **preparados homeopáticos**, Pelargonium sioides (*Kaloba®*) no han demostrado su eficacia en los catarros.
- La **vitamina C** tampoco es eficaz en el tratamiento. No obstante, si se toma antes de tener los síntomas catarrales parece que reduce la duración de los mismos.
- El **Zinc** parece que puede reducir el número de catarros y los días de síntomas.

- La *Equinacea purpúrea* podría reducir la duración y severidad de los síntomas catarrales, pero existen pocos estudios en niños.

### **¿Son seguros? ¿Pueden ser perjudiciales?**

Con muchos de estos medicamentos se han visto reacciones adversas, en algunos casos fatales (muerte) y más frecuentemente en niños con menos de 6 años. En la tabla I se han resumido las más frecuentes.

Casi todas estas reacciones se deben al uso a dosis más altas de las aconsejadas.

Por otra parte, en los niños pequeños nunca se han establecido las dosis seguras de estos medicamentos. Así, en muchos de los prospectos (fichas técnicas) de estos fármacos, **se contraindica su uso en menores de 2 años** y en algunos países no se aconsejan en menores de 6 ó de 12 años. Y sobre todo, deberían evitarse en niños con problemas neurológicos, convulsiones, enfermedades cardíacas y en los que tienen riesgo de sufrir depresión respiratoria.

En España ya no son financiados por el *Sistema Nacional de Salud* dada su falta de eficacia. Pero muchos se pueden comprar libremente en las farmacias. Esto aumenta el riesgo de usar preparados que lleven varios tipos de medicamentos en un mismo envase o de usar varias marcas a la vez, que lleven los mismos medicamentos, con el consiguiente riesgo de intoxicación. En España, los anticatarrales son la segunda causa de intoxicación por medicamentos en niños menores de 4 años.

### **¿Dónde puedo encontrar más información en Internet?**

- [Rap de la tos y el codo](#). *Familia y Salud*. Web de la Asociación Española de Pediatría de Atención Primaria
- RECURSOS *Familia y Salud*: Escucha el Vídeo: [Para qué sirven los mucolíticos](#)
- [Catarro](#). *Familia y Salud*. Web de la Asociación Española de Pediatría de Atención Primaria
- [Catarro o resfriado](#). *EnFamilia*. Web de la Asociación Española de Pediatría
- [Medicamentos para tratar el catarro](#). *EnFamilia*. Web de la Asociación Española de Pediatría
- [Remedios caseros en los catarros ¿son útiles?](#). *Familia y Salud*. Web de la Asociación Española de Pediatría de Atención Primaria

Descárgate la presentación con los PUNTOS CLAVE:

## Medicamentos para los catarros: ¿son eficaces, son seguros

Irene Casares Alonso. Pediatra.



[www.familiaysalud.es](http://www.familiaysalud.es)

**Fecha de publicación:** 15-09-2013

*Última fecha de actualización:* 06-12-2016

**Autor/es:**

- [Irene Casares Alonso](#). Pediatra.. Centro de Salud Huerta del Rey. Valladolid.

