



Dr. F. Codina Garcia
prop dels infants

Refredat de vies altes

Què és un refredat de vies altes?

És una infecció vírica de les vies respiratòries altes (nas, gola) que deriva en febre, esternuts, tos i mucositat nasal.

Els refredats són molt freqüents durant els primers anys de vida. És normal que es pateixin de 6 a 8 per any, fins i tot més si el nen va a una guarderia.

Què cal fer a casa?

- La majoria dels refredats poden ser tractats al domicili.
- Eviti un ambient sec a casa. Posi dipòsits d'aigua en els radiadors o utilitzi humidificadors si el grau d'humitat és baix.
- Faci-li rentats nasals amb sèrum fisiològic.
- És normal que el nen no tingui gana. No el forci a menjar. Doni-li líquids.
- Controli la temperatura i administri l'antitèrmic recomanat habitualment per el seu pediatra si la febre supera els 38 – 38'5°C.

Quan s'ha de tornar a consultar?

- Si empitjora l'estat general, el nen està decaïgut, endormiscat o molt irritable.
- Quan apareixien dificultats per respirar: Respira cada cop més ràpid, se li marquen les costelles, mou molt l'abdomen o se li enfonsa el pit.
- Si el nen té menys de tres mesos de vida i el refredat ve acompanyat de febre.

Qüestions importants

- No existeixen medicaments que curin el refredat. Els xarops contra els refredats (mucolítics, anticongestius) són d'eficàcia dubtosa.
- Els antibiòtics no curen el refredat ni eviten les complicacions del mateix.