

CUIDADOS DE UN RESFRIADO

Cuidados del resfriado común

El resfriado común es una infección viral que afecta la nariz, la boca y la garganta. Por lo general, el cuerpo puede combatir el virus por sí solo mediante descanso y tiempo. La mejoría suele notarse después de una semana.

Al ser viral, los antibióticos no servirán, pero existen otras formas de manejar los síntomas como el descanso, la hidratación, los remedios caseros y los medicamentos de venta libre.

A veces no es sólo un resfriado

Otras infecciones como la gripe, el Covid-19 y las infecciones bacterianas tienen síntomas similares a los del resfriado común. Estas infecciones podrían requerir tratamiento médico.



Cuidados en casa

Descanso e hidratación

Cuando esté enfermo, cuide su cuerpo; ¡ya está trabajando duro para combatir el virus! Quédese en casa para descansar y dormir lo suficiente. Beba líquidos claros como caldo o agua para mantenerse hidratado y trate de evitar las bebidas con alto contenido de azúcar o cafeína.



Remedios caseros

Los lavados nasales y gárgaras de agua con sal alivian molestias de la nariz y garganta. La miel puede ayudar a los adultos con la tos y molestias en la garganta.



Medicamentos sin receta

Existen algunos medicamentos que no requieren una consulta médica. La pseudoefedrina ayuda con la congestión, mientras que el acetaminofén e ibuprofeno alivian los dolores musculares y la fiebre.



Tratamiento de la gripe, el Covid-19 e infecciones bacterianas

Si cree que su enfermedad es algo más grave que un resfriado común, consulte a un médico, ya que podría requerir tratamiento.

Gripe: Tamiflu (Oseltamivir)

- El tratamiento debe iniciarse lo antes posible y en las primeras 48 horas tras el primer síntoma.
- Pregunte sobre este tratamiento si es una persona mayor (65 años o más) o si padece alguna enfermedad que comprometa su sistema inmunitario.

Covid-19: Paxlovid (Nirmatrelvir/ritonavir)

- El tratamiento debe iniciarse lo antes posible y en los primeros 5 días tras el primer síntoma.
- Pregunte sobre este tratamiento si es una persona mayor (65 años o más), padece alguna enfermedad que comprometa su sistema inmunitario o alguna enfermedad crónica.

Infecciones bacterianas: Antibióticos

- Es posible que se necesiten antibióticos para tratar la sinusitis bacteriana, la faringitis estreptocócica, las infecciones de oído o la neumonía.
- Tomar antibióticos cuando no se necesitan puede generar resistencia a los mismos, lo que dificulta el tratamiento de futuras infecciones.



CHARLES B. WANG
COMMUNITY HEALTH CENTER

Línea de información general (212) 226-8339

Sitio web www.cbwchc.org

268 Canal Street, New York, NY 10013

Medicina interna (212) 379-6998

Ginecología y Obstetricia (OB/GYN) (212) 966-0228

125 Walker Street, 2/F, New York, NY 10013

Pediatría (212) 226-3888

Dental (212) 226-9339

Centro de recursos para jóvenes (TRC) (212) 226-2044

131-72 40th Road, Flushing, NY 11354

Medicina interna (718) 587-1111

Ginecología y Obstetricia (OB/GYN) (718) 886-1287

Dental (718) 587-1111

136-26 37th Avenue, Flushing, NY 11354

Pediatría (718) 886-1222

137-43 45th Avenue, Flushing, NY 11355

Medicina Interna, Pediatría y Ginecología

(929) 362-3006

Departamento de Educación para la Salud

(212) 966-0461

Departamento de Trabajo Social

Manhattan (212) 226-1661

40th Rd., Flushing (718) 587-1109

37th Ave., Flushing (718) 661-6033

45th Ave., Flushing (718) 661-6033

¿Necesita un seguro médico?

¡Nosotros podemos ayudarle!

Manhattan (212) 226-8339 | Queens (718) 886-7355