

La tos más tierna

La tos es uno de los síntomas más frecuentes en los niños y la primera causa de consulta en España, incluso por delante de la fiebre

El hilo musical más monótono que se puede escuchar desde septiembre a mayo en autobuses, trenes, aviones y lugares de paso es el formado por la tos y la expectoración. Estos síntomas respiratorios tan frecuentes e inofensivos en la mayoría de las ocasiones son muy habituales entre la población española. Según el estudio IBERPOC, realizado en España por la Sociedad Española de Neumonología y Cirugía Torácica (SEPAR), casi un 48% de los españoles los sufre en alguna ocasión, de forma frecuente en un 14% de los casos y, junto a expectoración, un 11%.

Estos síntomas resultan tan familiares que en numerosas ocasiones no se les concede importancia, aunque pueden ser las primeras manifestaciones de una enfermedad respiratoria. A pesar de que la tos es un mecanismo de defensa del aparato respiratorio que permite la eliminación de secreciones, en ocasiones se torna seca y su origen hay que buscarlo en la infección, inflamación o irritación de las vías respiratorias. En la población adulta, las causas más frecuentes de tos y expectoración son los procesos infecciosos agudos, como catarros y procesos crónicos, como la Enfermedad Pulmonar Obstructiva Crónica (EPOC), asociada en la mayoría de los casos a tabaquismo, o asma.

¿QUÉ SUCEDE EN LA INFANCIA?

Aunque la fisiología del aparato respiratorio infantil es similar a la del adulto, las razones que causan la tos no pueden extrapolarse. En los recién nacidos se aprecia un cierto grado de inmadurez que hace que sólo el 25% de los neonatos sea capaz de toser. Sin embargo, al mes de vida ya lo puede hacer el 90% de los bebés. Si bien todos los niños tosen de manera ocasional, esto no debe ser motivo de preocupación. Los niños pueden presentar **tos persistente** durante unos días como consecuencia de un problema agudo, como una infección viral de las vías respiratorias altas, que va cediendo poco a poco. Sólo en un 10% de los casos puede alargarse más allá de los 25 días.

Se habla de **tos crónica** cuando persiste durante más de cuatro semanas, aunque algunos neumólogos y pediatras distinguen un tipo de **tos subaguda** que se mantiene entre tres y ocho semanas, y que suele estar generada por infecciones virales prolongadas y por recaídas. Entre los niños que acuden a guarderías desde muy pequeños y pasan en ellas gran parte del día, los procesos respiratorios agudos y subagudos son frecuentes y repetitivos.

Los menores con tos crónica requieren de una valoración cuidadosa para estudiar la interacción de otros síntomas y signos de patología respiratoria específica. Puede estar indicada la radiografía de tórax y, si la edad lo permite, de espirometría. Si no se asocia a ninguna enfermedad se diagnostica **tos crónica inespecífica** que, en ocasiones, remite de forma espontánea. Si no lo hiciese puede estar indicado, siempre bajo prescripción médica, un tratamiento-ensayo con budesonida (corticoesteroide) durante tres o cuatro semanas.

Si con este tratamiento desaparece, la tos puede estar asociada al asma, la enfermedad crónica más frecuente en la infancia y la adolescencia. Si bien se desconoce su prevalencia en menores de 6 años, entre los 6 y 14 años es del 10%. Si la budesonida no es efectiva, se debe realizar un estudio completo con el fin de dar con la causa específica que la origina, mediante pruebas diagnósticas como pHmetría, test del sudor, estudio inmunológico, prueba de Mantoux o tuberculina, entre otras. ◀



SIGNOS DE ALARMA

La tos que genera secreciones purulentas en el niño es siempre patológica y requiere un cuidadoso estudio para descartar la presencia de bronquiectasias (dilataciones bronquiales), fibrosis quística o inmunodeficiencia. De la misma manera, un inicio precoz y la presencia de sangre en los esputos (hemoptisis) son signos de alarma, ya que se suelen asociar a una enfermedad subyacente importante.

A TENER EN CUENTA:

- Los jarabes antitusivos no están indicados en niños ya que sus efectos secundarios pueden resultar más perjudiciales que los beneficios de este fármaco.
- El humo del tabaco y otros factores contaminantes ambientales exacerbaban la tos, por lo que es fundamental eliminarlos. Se debe evitar fumar delante de ellos o exponerlos a ambientes cargados.
- Los antibióticos sólo están indicados en casos como la bronquitis bacteriana prolongada, una de las causas más frecuentes de tos productiva en la infancia, y siempre bajo prescripción facultativa.
- Los antibióticos no están recomendados en infecciones virales comunes porque se resuelven espontáneamente en unos días.

