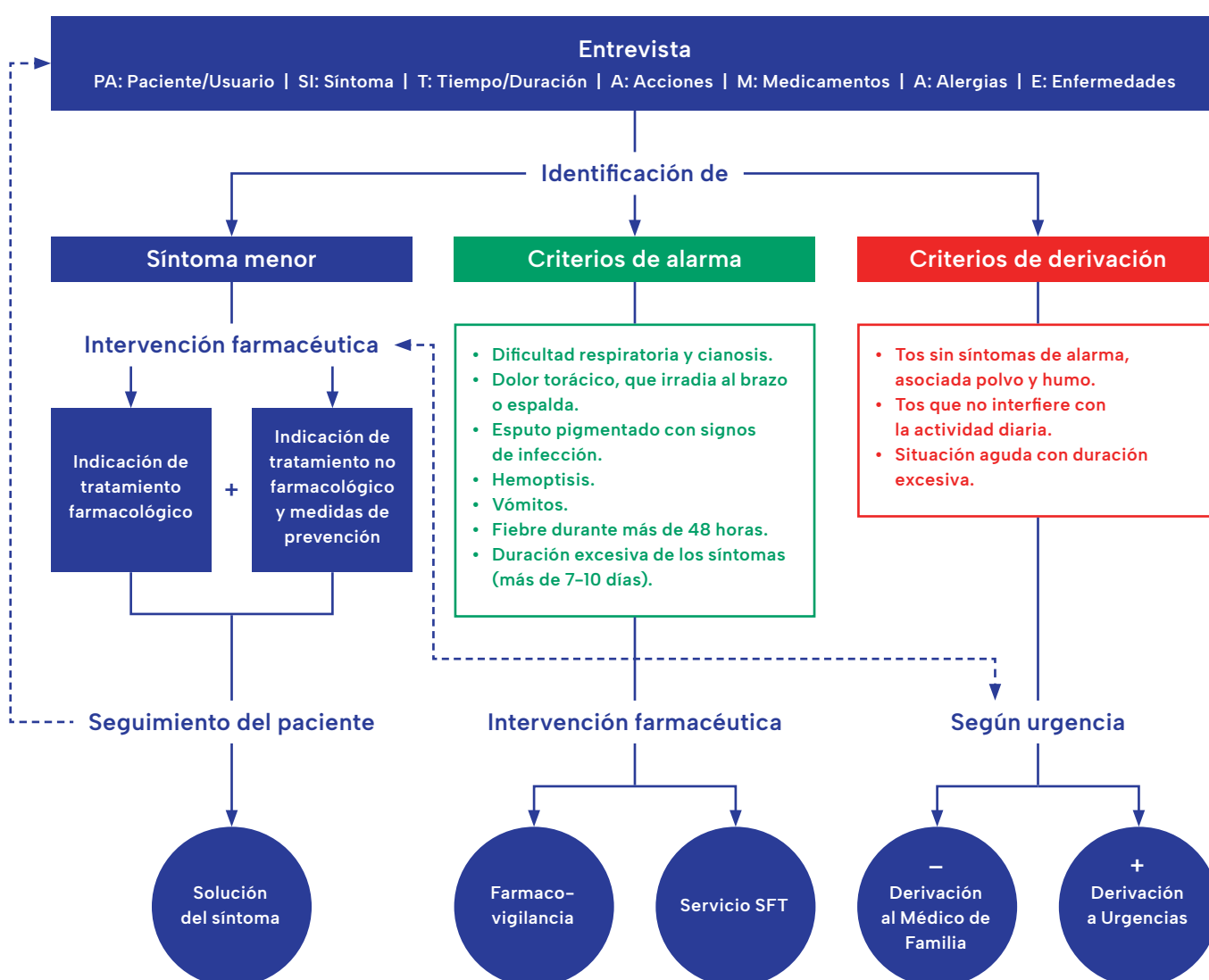


Guía práctica de atención farmacéutica en síntomas/dolencias menores

Tos

Algoritmo de actuación desde la farmacia comunitaria



Tos

Síntoma muy frecuente que consiste en la expulsión involuntaria de moco, microbios y partículas extrañas de las vías respiratorias originada por la estimulación de los nervios de las vías respiratorias bajas, que puede estar acompañada de mucosidad. Al toser, el paciente busca de forma inconsciente la expulsión de secreciones o cuerpos extraños del árbol respiratorio, siendo conveniente la adopción de medidas que faciliten la eliminación de dichas sustancias o eliminar la tos en caso de ser una tos seca.

Etiología

Multifactorial, e incluye cualquier proceso o alteración que ocasione inflamación, constricción, infiltración o compresión de la vía respiratoria.

- Infecciones respiratorias.
- Alergias.
- Sustancias irritantes¹.
- Fármacos.
- Goteo posnasal.
- Reflujo gastroesofágico.
- Enfermedades pulmonares.
- Otros menos frecuentes².

Sintomatología

Tos seca³: tos irritativa, persistente sin producción de moco ni esputo o secreciones bronquiales, con un sonido muy característico producido por la vibración de las cuerdas vocales que puede empeorar por las noches interfiriendo en el sueño del paciente. A diferencia de la tos productiva, la tos seca generalmente no se acompaña de otros síntomas de infección del tracto respiratorio inferior, como fiebre alta. **Tos productiva**: se caracteriza por la producción de moco o esputo que puede ser claro, blanco, amarillo, verde o incluso tener tintes de sangre, dependiendo de la infección o enfermedad subyacente. Los pacientes a menudo sienten una sensación de opresión o pesadez en el pecho debido a la acumulación de moco en las vías respiratorias y, a veces, sensación general de cansancio o debilidad que puede ser más pronunciada debido al esfuerzo continuo de toser.

El síntoma principal es la tos asociada o no con expectoración u otros síntomas. Tos seca o irritativa: sin producción de moco. Tos productiva: con producción de moco. Tos persistente asociada a otras infecciones y son motivo de derivación: dificultad para respirar, sibilancias, dolor en el pecho, fiebre, ronquera.

Consejos farmacéuticos de promoción de la salud y prevención de la enfermedad

- Higiene de manos regular y el uso de desinfectantes de base alcohólica.
- Evitar el contacto con personas enfermas.
- Cubrirse la boca y nariz al toser o estornudar.
- Hidratación para mantener las vías respiratorias hidratadas.
- Evitar ambientes con polvo y humo.

¹. Tabaco, humo, polvo, contaminantes ambientales...

². Enfermedad inmunológica, insuficiencia cardíaca izquierda, masa/cuerpo extraño inhalado, exposición tóxica laboral, poliposis nasal/rinolitosis, neuralgia occipital, traqueomalacia, enfermedades del mediastino (LH), enfermedades del SNC, miopatías, tumores traqueales, laríngeos, tiroideos, malformaciones, tos nerviosa, vasculares y el síndrome de Gilles de la Tourette, entre otros.

³. Producida por estímulos irritativos sobre la faringe, la laringe y las vías respiratorias altas.

- No fumar.
- Son beneficiosos los ambientes húmedos.
- Beber abundante agua.
- Evitar el uso de aires acondicionados.
- Alimentación y estilo de vida saludable para un buen sistema inmune y microbiota.

Criterios de derivación

Siempre requieren derivación		De valoración farmacéutica
PA	No aplica.	Edad del paciente (menor de 12 años o mayor de 65 años). Lactancia o embarazo.
SI	Dificultad respiratoria y cianosis. Sibilancias. Dolor torácico: dolor en el pecho que irradia al brazo o espalda. Espujo pigmentado con signos de infección. Hemoptisis (sangre en el esputo). Vómitos. Fiebre durante más de 48 horas.	Tos sin síntomas de alarma, asociada polvo y humo. Tos que no interfiere con la actividad diaria.
T	Duración excesiva de los síntomas, más de 7-10 días (cronificado).	Situación aguda, pero con duración excesiva (1 semana).
A	Agravamiento o no remisión de los síntomas tras tratamiento correcto sin alternativa terapéutica de prescripción farmacéutica.	Acciones llevadas a cabo por el paciente que hayan provocado la aparición del síntoma o el agravamiento del mismo. Tratamiento previo sin remisión, pero con alternativa terapéutica en prescripción farmacéutica.
MA	Sospecha de ser una Reacción Adversa al Medicamento (RAM) o a una alergia.	
E	Aparición de síntomas neurológicos como convulsiones y confusión acompañado a la tos. Tos con dolor en el pecho que irradia al brazo o espalda.	Tos como consecuencia de un proceso catarral.

Tratamiento farmacológico

Principio activo	Posología	Incompatibilidad con otros medicamentos del paciente	Comentarios
Antitusivos para tos seca			
Cloperastina	Niños entre 2- 4 años: 2 ml 2 veces al día. Entre 5 y 6 años: 3 ml 2 veces al día. Entre 7 y 12 años: 5 ml 2 veces al día. Adultos: 10 ml cada 8 horas.	Antidepresivos. Anticonvulsivantes.	Puede producir somnolencia.
Dextrometorfano	Niños de 2-6 años: 7,5 mg cada 6-8 horas. Niños de 6-12 años: 15 mg cada 6-8 horas. Adultos y mayores de 12 años: 30 mg cada 6-8 horas.	Inhibidores de la monoaminoxidasa (IMAO) por síndrome serotoninérgico. Antidepresivos tricíclicos. Ansiolíticos.	No usar en caso de pacientes con enfermedad pulmonar. No usar en caso de tos productiva. Puede provocar mareos, somnolencia y náuseas.
Levopropicina	Menores de 6 años: bajo prescripción médica. Niños de 6-12 años: dosis en función del peso. Adultos: 10 ml cada 8 horas.	Antidepresivos. Anticonvulsivantes. Antiparkinsonianos.	Puede producir somnolencia.
Antitusivos para tos productiva			
Guaifenesina	Niños de 2-6 años: 50-100 mg cada 4 horas. Niños de 6-12 años: 100-200 mg cada 4 horas. Adultos y mayores de 12 años: 200-400 mg cada 4 horas.	Antitusivos.	Puede provocar náuseas, vómitos y diarrea.
Mucolíticos: aunque no son antitusivos son de utilidad, ya que facilitan la expulsión del moco al hacerle menos viscoso			
Acetilcisteína	Niños de 2-12 años: 100 mg cada 8 horas. Adultos y mayores de 12 años: 200 mg cada 8 horas o 600 mg en toma única.	Antitusivos. Carbamacepina.	No administraren la misma toma junto con antibióticos. Puede provocar náuseas, vómitos y diarrea.
Ambroxol	Niños de 2-5 años: 7,5 mg cada 12 horas. Niños 6-12 años: 15 mg cada 12 horas. Adultos y mayores de 12 años: 30 mg cada 12 horas.	No tomar junto con antibióticos.	Precaución en caso de enfermedades hepáticas y renales, y diabetes.
Tos de origen alérgico			
Fenilefrina	Niños entre 6-12 años: 5 mg cada 8 horas. Adultos y mayores de 12 años: 10 mg cada 8 horas.	No administrar con IMAO, antidepresivos tricíclicos, betabloqueantes y medicamentos antihipertensivos.	La fenilefrina puede aumentar la tensión ocular. También puede aumentar la tensión arterial.
Cetirizina	Niños de 2-6 años: 2,5 mg cada 12 horas. Niños de 6-12 años: 5 mg cada 12 horas o 10 mg en única toma. Adultos y niños mayores de 12 años: 10 mg una vez al día.	Depresores del SNC. Teofilina.	Produce somnolencia. Uso con precaución en enfermos hepáticos y renales.

Tratamiento no farmacológico

Principio activo	Posología	Comentarios
Llantén	- Infusiones de 5 gr de planta cada 8 horas. - También en jarabes.	- Emoliente y antitusivo. - Evitar su uso durante el embarazo.
Malvavisco o altea	Mayores de 12 años y adultos: - Planta: 0,5–3 g a demanda hasta una dosis máxima de 15 g al día. - Extracto líquido (1:19,5–23,5, agua): 5 ml, 3–6 veces al día. - Extracto seco: el equivalente a planta. - Jarabe (equivalente a 2–6,5 g de droga/100 ml): 2–10 ml, 3 veces al día.	Emoliente y antitusivo.
Tomillo	- Adultos y adolescentes >12 años: - Comprimidos para chupar: 1–2 pastillas/4 h (4 veces al día), dosis máxima de 12 pastillas/día. - Jarabe (equivalente a 2–6,5 g de droga/100 ml): 2–10 ml, 3 veces al día. - Niños de 7 a 12 años: administrar 1–1,5 ml de jarabe cada 8 horas. - Niños de 3 a 6 años: administrar 0,5–1 ml de jarabe cada 8 horas.	Antiespasmódico y expectorante.
Hiedra	- Adultos y adolescentes mayores de 12 años: equivalente a 66–99 mg diarios de extracto seco de hojas de hiedra, en forma de jarabe o comprimidos para chupar. - Niños entre 6 y 12 años: equivalente a 35–70 mg diarios de extracto seco de hojas de hiedra, en forma de jarabe. - Niños entre 2 y 5 años: equivalente a 35 mg diarios de extracto seco de hojas de hiedra en forma de jarabe. - Niños menores de 2 años: contraindicado.	- Expectorante y antiespasmódico. - No se recomienda su uso en embarazo y lactancia, a menos que no exista otra alternativa terapéutica.
Sauco	- Adultos y mayores de 12 años, oral: - Planta: 2–5 g, cada 8 horas. - Extracto líquido (1:1, etanol 25 % v/v): 3–5 ml, cada 8 horas. - Tintura (5:1, etanol 25 % v/v): 10–25 ml, cada 8 horas. - Niños, oral: - Niños menores de 12 años: no se ha evaluado la seguridad y eficacia del saúco.	- Antiinflamatoria y antiviral. - Expectorante. - Debido al efecto diurético, una utilización prolongada podría ocasionar hipopotasemia.
Equinácea	Consultar ficha de fabricante.	- Inmunoestimulante. - Evitar su uso durante la lactancia.
Miel	- Uso en jarabes y caramelos. - A demanda.	- Antimicrobiano, antitusivo y calmante. - Precaución en personas diabéticas. - Efecto laxante.
Poliresín	En forma de caramelos cada 2–4 horas.	Antitusivo.