

BRONQUIOLITIS: INFORMACIÓN PARA PADRES Y CUIDADORES

¿QUÉ ES?

Se trata de una infección pulmonar aguda que afecta a niños menores de 2 años, normalmente producida por virus. La mayoría de las veces por el Virus Respiratorio Sincitial que provoca una inflamación de las pequeñas vías aéreas de los pulmones (llamados bronquiolos), dificultando el paso del aire y provocando sibilancias ("pitos" que se oyen cuando el niño echa el aire)

La mayoría de los niños se curan por sí solos. Algunos bebés, especialmente los más pequeños, pueden llegar a tener dificultad para respirar y para alimentarse y necesitarán ir al hospital.

La bronquiolitis **se presenta en epidemias** durante el invierno y principio de la primavera, generalmente durante los meses de noviembre a marzo. Aunque pueden aparecer casos aislados a lo largo de todo el año.

El contagio se produce a través de la saliva y los mocos que, las personas o niños enfermos expulsan al hablar, toser o estornudar; o por objetos contaminados por estas secreciones.

Los lactantes que tienen más posibilidades de padecer un cuadro grave de bronquiolitis o de presentar complicaciones son: los menores de 3 meses, los prematuros y aquellos que padecen alguna enfermedad crónica (ciertas enfermedades del corazón, enfermedades pulmonares, etc.).

¿CÚALES SON LOS SÍNTOMAS?

La bronquiolitis empieza como un catarro de vías altas con congestión nasal, estornudos, golpes de tos, mocos y, a veces, puede tener fiebre.

En 2 o 3 días la tos del bebé puede empeorar, la respiración se hace más rápida, ruidosa ("pitos" o "sesio" de pecho) y puede hacer más esfuerzo para respirar. El bebé puede estar agitado o por el contrario más apagado de lo normal.

Si el niño hace mucho esfuerzo al respirar, puede encontrarse cansado y comer menos de lo habitual.

Algunas veces, sobre todo en los bebés muy pequeños, pueden producirse pausas en la respiración.

¿SE PUEDE PREVENIR?

Los virus que causan la bronquiolitis en los bebés también causan resfriados y otras infecciones respiratorias en niños mayores y en adultos, por lo que es muy difícil prevenir la infección.

Los niños con bronquiolitis son la principal fuente de transmisión de la enfermedad, especialmente durante los primeros días cuando tienen fiebre y síntomas de catarro como la tos y los estornudos, aproximadamente una semana o más.

¿QUÉ PUEDO HACER PARA EVITAR EL CONTAGIO?

Las medidas más eficaces son:

- **No exponga al bebé al humo del tabaco**
- **Evite la asistencia a la guardería antes de los 12 meses de vida**
- **Evite el contacto del bebé con otros hermanos en edad escolar**, si tienen tos, mocos, estornudos, etc. Se sabe que distancias de 2 metros pueden ser protectoras.
- **Lávese las manos con agua y jabón con frecuencia**, sobre todo antes de tocar al bebé.

La lactancia materna prolongada (cuatro meses o más) actúa como protección.

¿CUÁNTO DURA?

En la mayoría de los bebés la bronquiolitis está resuelta en **2 semanas**, aunque la tos puede durar un par de semanas más. Si la evolución es buena, podrá volver a la guardería una vez que se recupere (coma con normalidad y no presente dificultad para respirar), su pediatra le indicará cuándo.

¿CÓMO PUEDO AYUDAR A MI BEBÉ?

- Póngale ropa cómoda y amplia, y evite arroparlo demasiado.
- Debe mantener al bebé boca arriba y con la cabecera incorporada para que pueda respirar mejor.
- Dele líquidos en pequeñas cantidades y con más frecuencia. Si toma pecho, dele más a menudo que de costumbre.

- Es importante que su bebé tenga despejadas las fosas nasales para que respire y coma mejor. Póngale 2 o 3 gotas de suero fisiológico en cada fosa nasal, especialmente antes de comer y antes de dormir. Sáquele los mocos inmediatamente después de ponerle el suero. Existen dispositivos en la farmacia para tal fin.
- Póngale el termómetro 2 o 3 veces al día. Si tiene fiebre, dele un antitérmico. La dosis depende del peso, consulte con un profesional de la salud.
- Es muy importante **evitar el humo del tabaco**, ya que pueden dañar muy seriamente la salud el niño y empeorar el curso de la bronquiolitis.
- Los antibióticos no son necesarios, ya que es una infección producida por virus.
- No se deben emplear humidificadores, no son útiles.

CONSULTE INMEDIATAMENTE SI EL BEBÉ TIENE:

- Dificultad para respirar (respira más rápido, está agitado, se marcan las costillas al respirar o se abren las fosas nasales...)
- Rechaza completamente dos tomas seguidas de alimento
- Presenta 2 o más vómitos seguidos
- Tiene fiebre elevada (más de 39,5°C rectal)
- El bebé se encuentra muy cansado o está muy irritable
- Tiene mal color, lo ve pálido o con los labios azulados
- Hace pausas en su respiración.