



CAPACITACIÓN  
**dosis**

revistadosis.com.ar

LOS SÍNTOMAS EN UN CUADRO DE GRIPE

# LA IMPORTANCIA DE RECOMENDAR UN TRATAMIENTO COMPLETO PARA LA GRIPE

La sintomatología de la gripe es variada, por lo que se debe evaluar el tratamiento más adecuado para cada paciente.

-Otorga créditos para la recertificación profesional a través de COFA-

La influenza o gripe es una infección vírica que afecta principalmente a la nariz, la garganta, los bronquios y, ocasionalmente, los pulmones. La infección dura generalmente una semana y se caracteriza por la aparición súbita de fiebre alta, dolores musculares, cefalea, malestar general, tos seca, dolor de garganta y rinitis. En niños pequeños, personas de edad y personas aquejadas de otras afecciones médicas gra-

ves, la infección puede conllevar graves complicaciones de la enfermedad subyacente, provocar neumonía o causar la muerte, aunque la mayoría de los afectados se recuperan en una o dos semanas sin necesidad de recibir tratamiento médico.

¿Pero, qué diferencia a la gripe del resfrío? Los resfríos y la gripe son causados por virus diferentes. Ambas enfermedades pueden dar lugar a secreción y goteo nasal, congestión, tos y dolor de

garganta. Sin embargo, la gripe también puede causar fiebre alta que dura entre 3 y 4 días, así como dolor de cabeza, fatiga, molestias generales y dolor. Estos síntomas son menos comunes cuando se tiene un resfrío.

Como mencionamos, la mayoría de las personas con un resfrío o gripe se recuperan por sí solos sin necesidad de atención médica. Sin embargo, se debe consultar con un médico si los síntomas duran más de 10 días o si no se



ALIVIA LA FIEBRE,  
DOLOR DE CABEZA,  
CONGESTIÓN NASAL,  
DOLOR MUSCULAR  
Y DOLOR DE GARGANTA.

**VICK,  
TU  
MEDICINA  
PARA EL  
RESFRÍO.**

VICK VITALPYRRENA FORTTE (paracetamol + fenilfrina). Para el alivio sintomático de dolores (de cabeza, garganta, musculares) leves a moderados, congestión nasal, alivio de estados gripales y/o resfríos y para reducir la fiebre. Certificado N° 52.848





alivian luego de tomar medicamentos de venta libre.

## EL MEJOR CONSEJO

Para tratar los resfríos o la gripe, el consejo será descansar mucho y beber mucho líquido. Si se tiene gripe, los analgésicos como la aspirina, el paracetamol o el ibuprofeno pueden reducir la fiebre o los dolores. También, se debe tener cuidado de evitar la “superposición de fármacos” al tomar medicamentos que detallan 2 o más ingredientes activos en la etiqueta. Hay muchos tipos de medicinas para la tos y el resfrío, y hacen distintas cosas:

- Descongestionantes nasales: Destapan la nariz congestionada
- Antitusígenos: Calman la tos
- Expectorantes: Aflojan el moco para que pueda eliminarlo cuando tose
- Antihistamínicos: Paran la congestión nasal y los estornudos
- Analgésicos: Alivian la fiebre, los dolores de cabeza y otros dolores menores

Los medicamentos de venta libre (OTC) son medicamentos que puede comprar sin una receta médica del médico. Los descon-

gestionantes de venta libre ayudan a aliviar la secreción nasal (congestionamiento) ocasionado por un virus del resfriado o por la gripe (influenza), sinusitis o alergias. Los únicos descongestionantes de venta libre disponibles en forma de píldora son fenilefrina y pseudoefedrina. También se encuentran disponibles gotas y atomizadores descongestionantes para la nariz de venta libre. Sin embargo, estos productos no deberían usarse por más de 3 días. Los descongestionantes funcionan al retraer las venas de sangre en el recubrimiento de la nariz. Esto reduce la cantidad de sangre que fluye a través del área de manera que el tejido hinchado dentro de la nariz se reduce y puede pasar el aire más fácilmente.

En el caso de la tos, la mayor parte del tiempo no necesita de tratamiento. Una tos de un resfriado o de gripe (influenza) generalmente se va por sí misma. Algunas veces, los medicamentos contra la tos pueden ser útiles si la tos lo mantiene despierto o interfiere con sus actividades diarias. Algunos tipos de tos no deberían tratarse con medica-

mentos contra la tos ya que la tos ayuda a mantener sus pulmones limpios para que pueda respirar. Los ejemplos incluyen una tos ocasionada por fumar, enfisema, neumonía, asma o bronquitis crónica.

Los antitusivos son supresores de la tos. Alivian la tos al bloquear el reflejo que ésta produce. Los expectorantes diluyen el moco. Esto puede ayudar a que la tos diluya el moco de las vías respiratorias. Tomar líquidos adicionales también ayuda a mantener el moco diluido.

## ATENCIÓN: COMPLICACIONES

La mayoría de las personas que contraen la influenza se recuperarán en un periodo que va desde un par de días hasta menos de dos semanas, pero algunas desarrollarán complicaciones como consecuencia de la influenza. Una amplia variedad de complicaciones pueden deberse a una infección por el virus de la influenza en las vías respiratorias superiores (fosas nasales, garganta) y en las vías respiratorias inferiores (pulmones). Pese a que cualquier persona puede con-



ALIVIA LA  
CONGESTION NASAL  
Y TOS.

VICK, TU  
MEDICINA  
PARA EL  
RESFRIO.



VICK VAPORUB NF (Mentol + Alcanfor + Aceite de Eucalipto). Para el alivio sintomático transitorio de cuadros de tos y congestión nasal. No reemplaza el tratamiento de la enfermedad de base. Certificado N°: 45.109

traer la influenza y enfermarse de gravedad, algunas personas son más propensas a contraer enfermedades graves causadas por la influenza. Los niños pequeños, adultos mayores de 65 años, mujeres embarazadas y personas con ciertas enfermedades crónicas se encuentran entre los grupos de personas con alto riesgo de presentar complicaciones graves por la influenza, posiblemente necesiten ser hospitalizadas e incluso pueden morir. Por ejemplo, las personas con enfermedades pulmonares crónicas corren mayor riesgo de sufrir neumonía. Las infecciones sinusales y del oído son ejemplos de las complicaciones moderadas de la influenza mientras que la neumonía es una complicación grave a causa de la influenza que puede causar infección por el virus de la influenza o coinfección bacteriana y por el virus de la influenza. Otras posibles complicaciones graves desencadenadas por la influenza pueden ser la inflamación del tejido que rodea el corazón (miocarditis), el tejido cerebral (encefalitis) o el tejido muscular (miositis, rabdomiólisis) y la insuficiencia multiorgá-

nica (p. ej., insuficiencia renal y respiratoria). La infección de las vías respiratorias por el virus de la influenza puede desencadenar una respuesta inflamatoria en el cuerpo y puede derivar en una sepsis, una respuesta a infecciones que pongan en peligro la vida. La influenza también puede empeorar otros problemas de salud crónicos. Por ejemplo, las personas con asma pueden sufrir ataques de asma mientras tienen influenza y las personas con enfermedades cardíacas crónicas pueden presentar un agravamiento de su condición desencadenado por la influenza.

### ALIVIO DE LOS SÍNTOMAS

Varios pacientes concurren a la farmacia por medicamentos de venta libre para el alivio de los síntomas, por eso estar capacitado para brindarlos será el plus necesario para complementar el rol farmacéutico frente a una persona enferma que requiere orientación.

Aconsejar productos que actúen de manera complementaria, será la opción correcta; al igual que los naturales que contribuirán a

aliviar los síntomas.

- Mentol, medicina natural. Una vez pensado como un “remedio casero”, el mentol viene demostrado ser un tratamiento eficaz, que ayuda a aliviar la tos. El mentol es un refrescante natural con ingredientes encontrados en plantas como la menta, y es más comúnmente conocido por su olor fuerte y agradable. Usar el mentol como parte del tratamiento de los síntomas del resfriado puede reducir la tos, porque interactúa con los termos receptores, terminaciones nervosas sensoriales estimuladas por el calor y frío en la nariz y garganta.

- El aceite de Eucalipto también se une al Mentol y a los receptores en las vías respiratorias para aliviar contracciones del músculo liso. El Eucalipto es uno de los aceites esenciales con el aroma más agradable, aceptado y conocido en el mundo.

- El alcanfor asociado al mentol puede desensibilizar algunos receptores irritantes, tales como TRPV1, reduciendo así la sensibilidad de las vías respiratorias y la tos a la irritación asociada al resfriado común.

ALIVIA LA FIEBRE,  
DOLOR DE CABEZA,  
CONGESTIÓN NASAL,  
DOLOR MUSCULAR  
Y DOLOR DE GARGANTA.

**VICK,  
TU  
MEDICINA  
PARA EL  
RESFRÍO.**

VICK VITALPYREMA FORTE (paracetamol + fenilfrina). Para el alivio sintomático de dolores (de cabeza, garganta, musculares) leves a moderados, congestión nasal, alivio de estados gripales y/o resfríos y para reducir la fiebre. Certificado N° 52.848



• Desde su descubrimiento, la miel de abejas ha sido usada con propósitos medicinales: gracias a sus nutrientes naturales con propiedades antisépticas, calmantes y bactericidas permite aliviar muchos de los síntomas de las infecciones virales leves de las vías respiratorias como la gripe y el resfriado.

• Por su parte, el limón es un cítrico rico en vitamina C que ayuda a reforzar el sistema inmunológico. Para ingerir estos alimentos de forma natural, mezcla el zumo de un limón en medio vaso de agua caliente y una cucharadita de miel para endulzar. Otra opción es preparar un té y añadirle cáscara de limón y la cu-

charada de miel. Se debe tomar al menos tres veces por día.

Como se nombró en el módulo anterior, el té proporciona alivio en cuadros de gripe, y recomendado conjuntamente con el ungüento en base a mentol, alcanfor y eucalipto contribuirá a aliviar síntomas congestivos de la gripe y la tos.

## EVALUACIÓN MÓDULO 4

### 1) Marque con una X la opción correcta:

- Los resfríos y la gripe son causados por los mismos virus.
- Ambas enfermedades pueden dar lugar a secreción y goteo nasal, congestión, tos y dolor de garganta.

### 2) Señale la palabra que completa el siguiente concepto:

“Las infecciones sinusales y del oído son ejemplos de las complicaciones moderadas de la influenza mientras que la ..... es una complicación grave a causa de la influenza que puede causar infección por el virus de la influenza o coinfección bacteriana y por el virus de la influenza”

- Congestión
- Neumonía
- Bronquitis

### 3) Marque con una X cual es el tratamiento ideal para aconsejar:

- Combinación de Aloe vera + té
- Combinación de té + antihistamínicos
- Combinación de Mentol, alcanfor y eucalipto + té



ALIVIA LA  
CONGESTION NASAL  
Y TOS.

VICK, TU  
MEDICINA  
PARA EL  
RESFRIO.



VICK VAPORUB NF (Mentol + Alcanfor + Aceite de Eucalipto). Para el alivio sintomático transitorio de cuadros de tos y congestión nasal. No reemplaza el tratamiento de la enfermedad de base. Certificado N°: 45.109



MÁS QUE UNA MEDICINA.  
RÁPIDO ALIVIO\* Y CONFORT PARA  
LOS SÍNTOMAS DE LA GRIPE.



\*VITAPYRENA (PARACETAMOL 500 MG). LEA ATENTAMENTE EL PROSPECTO Y ANTE LA MENOR DUDA CONSULTE A SU MÉDICO Y/O FARMACÉUTICO. ADULTOS Y NIÑOS MAYORES DE 12 AÑOS. VICK VITAPYRENA FORTE (PARACETAMOL 500 MG/FENILEFRINA CLORHIDRATO 10 MG). LEA ATENTAMENTE EL PROSPECTO Y ANTE LA MENOR DUDA CONSULTE A SU MÉDICO Y/O FARMACÉUTICO. ADULTOS Y NIÑOS MAYORES DE 12 AÑOS. VICK VAPORUB NF (MENTOL, ALCANFOR, ACEITE DE EUCALIPTO). NO REEMPLAZA EL TRATAMIENTO DE LA ENFERMEDAD DE BASE. ADULTOS Y NIÑOS MAYORES DE 6 AÑOS.

\*\*EUROMONITOR INTERNATIONAL LTD. BASADO EN LAS VENTAS DE PRODUCTOS PARA LA TOS Y RESFRIO EN 2012.