

Educación para el paciente: Tos en adultos (Conceptos Básicos)

[Redactado por los médicos y editores de UpToDate](#)

¿Qué es la tos?

La tos es un reflejo importante que ayuda a limpiar las vías respiratorias del cuerpo (la tráquea y los bronquios, que son los tubos que llevan el aire a los pulmones). Toser evita que las personas inhalen y dejen ingresar cosas en las vías respiratorias y en los pulmones que podrían causar problemas ([figura 1](#)).

Es normal que las personas tosan de vez en cuando, pero en algunos casos, la tos es un síntoma de una enfermedad o padecimiento.

Un tipo de tos se denomina tos “seca” porque no contiene moco (flema); otro tipo de tos se denomina “húmeda” o “productiva” porque contiene moco. En algunos casos, la tos es leve y no provoca problemas graves, pero en otros es grave y puede causar problemas para respirar.

¿Qué causa la tos?

En los adultos, estas son algunas de las causas de la tos:

- Coronavirus 2019 (COVID-19) – Es una infección ocasionada por un virus llamado SARS-CoV-2.
- Resfriado común – Los resfriados pueden deberse a una gran variedad de virus.
- Fumar cigarrillos
- Goteo posnasal – El goteo posnasal es cuando el moco de la nariz gotea o fluye por la parte trasera de la garganta y se puede producir cuando la persona tiene:
 - Un resfriado

- Alergias
 - Una infección en los senos paranasales – Los senos paranasales son espacios en los huesos del rostro que se abren en la nariz ([figura 2](#)).
- Padecimientos pulmonares, como asma o enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC) – Ambos padecimientos pueden dificultar la respiración. La EPOC suele aparecer a causa de fumar.
- Reflujo – El reflujo se produce cuando el ácido que normalmente se encuentra en el estómago empieza a subir por el esófago (el tubo que lleva la comida de la boca al estómago).
- Un efecto secundario de medicinas para la presión arterial llamadas “inhibidores de la ECA”

¿Debo llamar a mi médico o enfermero?

Llame al médico o enfermero si vive en una zona donde hay casos de COVID-19. El médico o enfermero le preguntará sobre sus síntomas y si es posible que esté en riesgo. También puede decirle si debe realizarse la prueba de detección del virus.

Además, debe llamar a su médico o enfermero de inmediato si:

- Tiene problemas para respirar o tiene una respiración ruidosa (sibilancia)
- Tiene fiebre o dolor en el pecho
- Tose sangre o moco amarillento o verdoso
- Tose tanto que lo hace vomitar
- Su tos empeora o dura más de 10 días
- Tiene tos y ha bajado de peso involuntariamente

¿Es necesario que me realice pruebas?

Tal vez. Para determinar la causa de su tos, el médico o enfermero hablará con usted y le hará un examen. Según sus síntomas y otros factores, es posible que decida hacerle otras pruebas. Podrían ser, entre otras:

- Extracción de una muestra del interior de la nariz – Se somete a una prueba para detectar el virus que causa COVID-19.
- Una radiografía de tórax

- Pruebas de respiración – Las pruebas de respiración consisten en respirar fuerte en un tubo. Estas pruebas muestran cómo funcionan los pulmones.
- Pruebas de alergias en la piel para determinar si es alérgico a algo – En esta prueba, el médico le coloca en la piel una gota de la sustancia a la que podría ser alérgico y le hace un pequeño pinchazo. Luego, observa si la piel se enrojece o se vuelve irregular.
- Tomografía de su pecho o senos paranasales – La tomografía es un estudio de imagen que crea imágenes del interior del cuerpo.
- Pruebas de laboratorio de una muestra del moco que tosió
- Observar el interior de la nariz, los senos paranasales, las vías respiratorias o los pulmones con un dispositivo
- Pruebas para determinar si tiene reflujo – Por lo general esto se hace con un tubo delgado que se introduce en la boca y se desplaza hasta el esófago.

¿Hay algo que pueda hacer por mi cuenta para aliviar la tos?

Sí. Para ayudar a que se le quite la tos, puede:

- Usar un humidificador en su habitación (si la tos se debe a un resfriado)
- Tomar una medicina para la tos de venta sin receta, o chupar pastillas para la tos o caramelos duros
- Dejar de fumar, si fuma
- Si tiene alergias, evitar las cosas a las cuales es alérgico (como el polen, el polvo, los animales o el moho)

Si tiene reflujo, su médico o enfermero le dirá qué cambios en el estilo de vida pueden ayudar a disminuir los síntomas.

¿Cómo se trata la tos?

El tratamiento depende de la causa de la tos; por ejemplo:

- Algunas infecciones se tratan con medicinas antibióticas. Si la causa de la infección es una bacteria, los médicos pueden tratarla con antibióticos. Si la causa de la infección es el virus de la gripe, otra medicina podría servir. Si la causa de la infección es otro virus (como por ejemplo el del resfriado común), los antibióticos no servirán.

- El goteo posnasal se trata con diferentes tipos de medicinas que pueden venir en píldoras o spray para la nariz.
- El asma y la EPOC se suelen tratar con medicinas que se inhalan (llamadas “medicinas inhaladas”).
- El reflujo se puede tratar con medicinas para disminuir o bloquear el ácido del estómago.
- Si tiene tos como efecto secundario de un inhibidor de la ECA, su médico puede cambiarle la medicina.

Si la causa de la tos no está clara, su médico podría recetarle medicinas para ayudarlo a aliviar la tos. Sin embargo, esas medicinas tienen efectos secundarios, por lo cual los médicos suelen recomendarlas solamente en caso de que las demás opciones no hayan funcionado.

Más información sobre este tema

[Educación para el paciente: Tos, escurrimiento nasal y resfriado común \(Conceptos Básicos\)](#)

[Educación para el paciente: Bronquitis aguda \(Conceptos Básicos\)](#)

[Educación para el paciente: Enfermedad Pulmonar Obstructiva Crónica \(EPOC\) \(Conceptos Básicos\)](#)

[Educación para el paciente: Reflujo y enfermedad por reflujo gastroesofágico en adultos \(Conceptos Básicos\)](#)

[Educación para el paciente: Asma en adultos \(Conceptos Básicos\)](#)

[Educación para el paciente: Neumonía en adultos \(Conceptos Básicos\)](#)

[Educación para el paciente: Efectos secundarios de las medicinas \(Conceptos Básicos\)](#)

[Educación para el paciente: Tosferina \(Conceptos Básicos\)](#)

[Educación para el paciente: Alergias estacionales en adultos \(Conceptos Básicos\)](#)

[Educación para el paciente: Sinusitis en adultos \(Conceptos Básicos\)](#)

[Educación para el paciente: Dejar de fumar \(Conceptos Básicos\)](#)

[Educación para el paciente: Toser sangre \(Conceptos Básicos\)](#)

[Educación para el paciente: Bronquiectasia en adultos \(Conceptos Básicos\)](#)

[Educación para el paciente: Información general sobre la enfermedad por coronavirus 2019 \(COVID-19\) \(Conceptos Básicos\)](#)

[Patient education: Chronic cough in adults \(Beyond the Basics\)](#)

[Patient education: Gastroesophageal reflux disease in adults \(Beyond the Basics\)](#)

[Patient education: Chronic obstructive pulmonary disease \(COPD\) \(Beyond the Basics\)](#)

[Patient education: Pneumonia in adults \(Beyond the Basics\)](#)

[Patient education: Quitting smoking \(Beyond the Basics\)](#)

Todos los artículos se actualizan a medida que se descubre nueva evidencia y culmina nuestro [proceso de evaluación por homólogos](#)

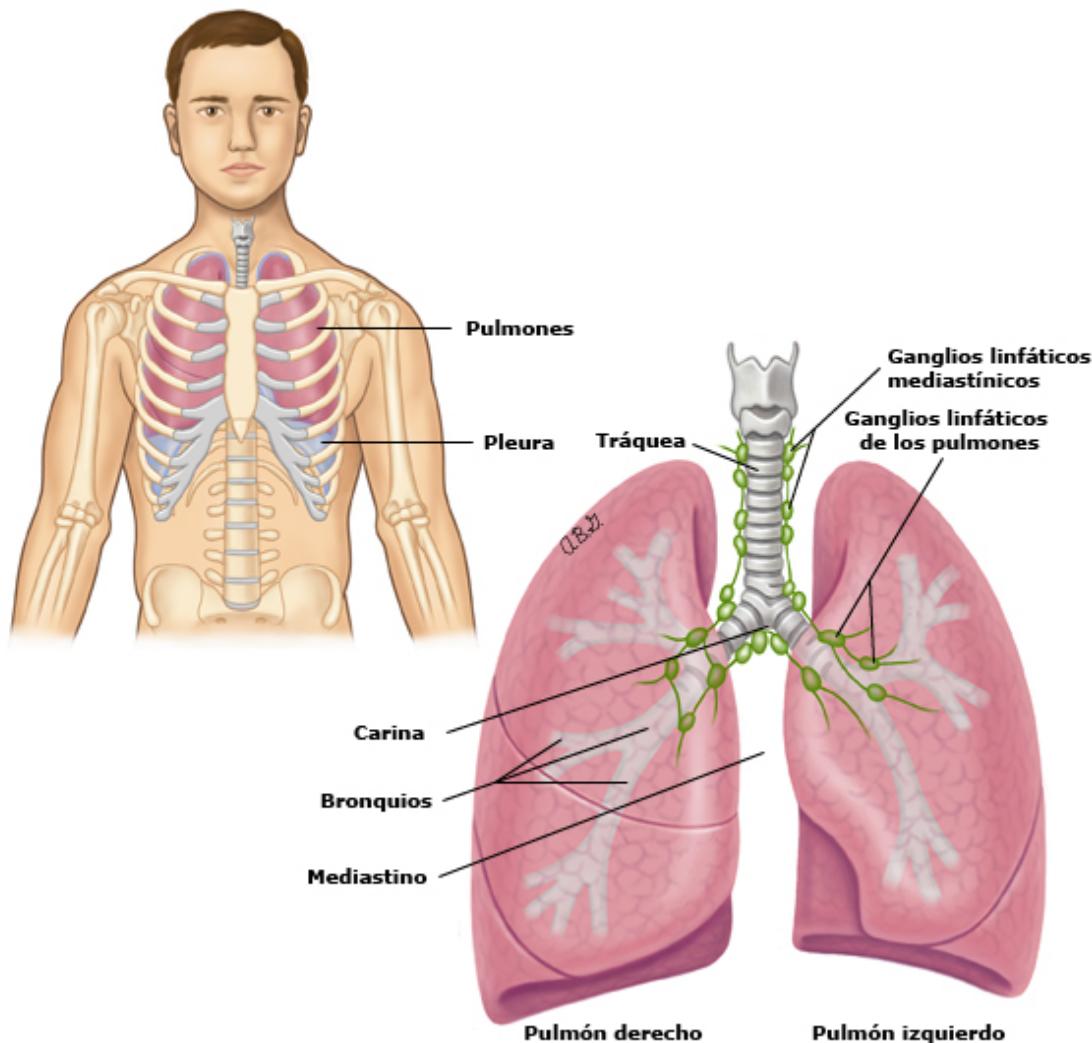
Este artículo se recuperó de UpToDate el: Aug 26, 2020.

El contenido del sitio Web de UpToDate no tiene por objeto sustituir la opinión, el diagnóstico o el tratamiento médico, ni se recomienda que los sustituya. Siempre debe pedir la opinión de su médico personal o de cualquier otro profesional de atención médica con respecto a cualquier pregunta o padecimiento médico que pueda tener. El uso de este sitio web se rige por los [Términos de uso de UpToDate](#) ©2020 UpToDate, Inc. Todos los derechos reservados.

Artículo 16896 Versión 8.0.es-419.1

GRÁFICOS

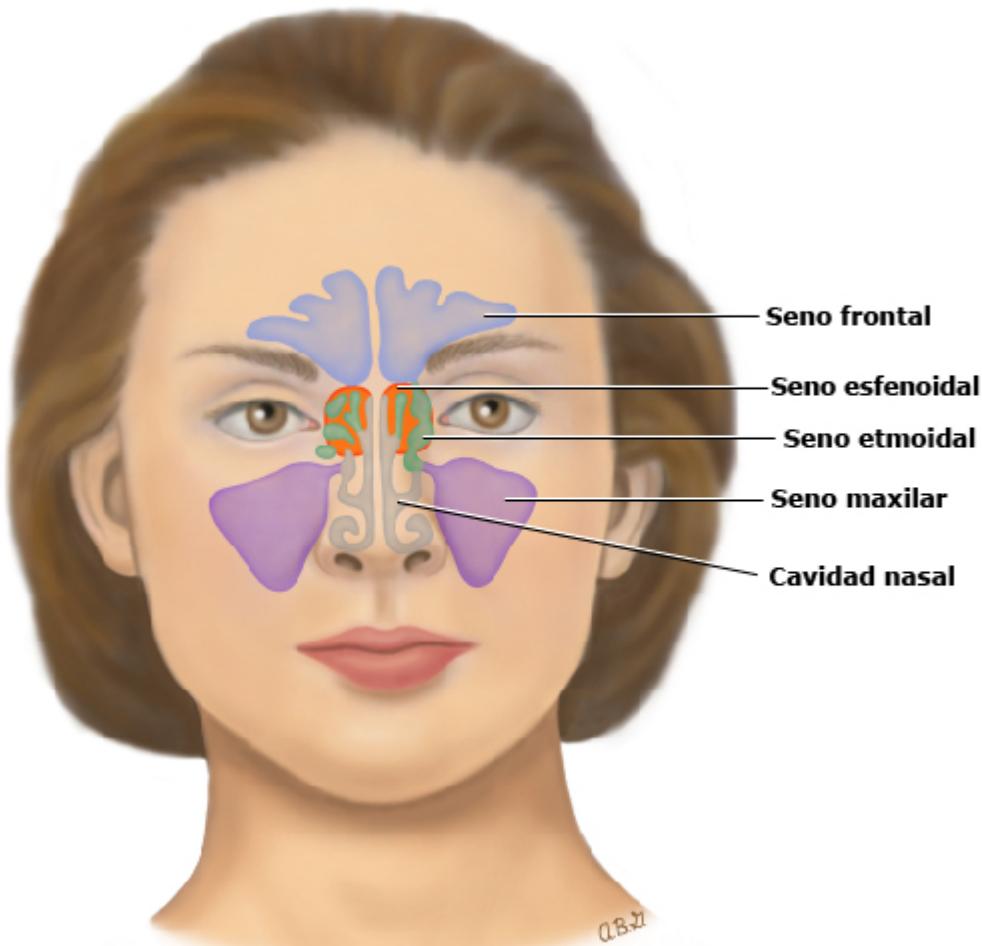
Pulmones normales



Los pulmones se encuentran en el pecho, en el interior de la caja torácica. Están recubiertos con una fina membrana llamada "pleura". La tráquea se divide en dos vías respiratorias más pequeñas llamadas "bronquios" izquierdo y derecho. El espacio entre los pulmones se llama "mediastino". Los ganglios linfáticos están ubicados dentro de los pulmones y el mediastino, y alrededor de estos.

Gráfico 67527 Versión 13.0.es-419.1

Senos paranasales



En esta imagen se muestran los senos paranasales.

Gráfico 75045 Versión 7.0.es-419.1