
La tos y la cebolla. Parte I: la tos

31, mayo



La tos y la cebolla. Parte I: la tos

Todo el mundo tenemos cebollas en casa, además la tos es un *problema bastante frecuente* y muy molesto en algunas ocasiones, sobre todo si es muy frecuente. Pero a pesar de todo se trata de un síntoma y no de una enfermedad propiamente dicha. Aunque parezca raro lo que voy a decir es cierto, **la tos nos protege**. Es un mecanismo de defensa de nuestro cuerpo frente a una situación amenazante. Su principal función es evitar la entrada por el aparato respiratorio (boca-faringe-traquea-pulmones) de cualquier cosa que ponga en riesgo la salud de nuestro cuerpo. A veces también es la vía para expulsar fuera **secreciones o moco**, que se está generando en exceso por algún proceso catarral.

Por eso no todas las toses son iguales, y aunque parezca extraño, hay toses mejores y otras peores. Diferenciarlas es importante, por eso cuando vamos a comprar **un jarabe para la tos** nos hacen tantas preguntas como en un examen, y que posiblemente no sabemos contestar porque no es tan fácil distinguir. El bombardeo de preguntas es para intentar acercarnos al tipo de tos y al origen de ella: ¿qué tipo de tos tienes?, ¿es blanda o dura?, ¿arrancas moco con ella?, ¿desde cuándo la tienes? ¿estás o has estado resfriado?, ¿eres asmático?, ¿o fumador?, ...Y tu piensas, no se, sólo quiero quitarme la maldita tos que no me deja tranquilo, ni me deja dormir. Pero qué hago con la cebolla.



La mayoría de los tratamientos que más se utilizan actualmente en forma de jarabe para la tos, tienen **dextrometorfano** en su composición. Este medicamento actúa bloqueando el reflejo de toser, pero no sobre la garganta o los pulmones, que es donde probablemente está el origen de la tos, sino en nuestro cerebro donde están los centros que la controlan. La **codeína** es también muy eficaz en esto, aunque por sus posibles efectos secundarios, necesita receta médica.

Solo la tos que es muy blanda y arrastra secreciones, que no es especialmente molesta ni limitante para nuestra actividad cotidiana, se trata con otro grupo de medicamentos, los expectorantes, fluidificantes y **mucolíticos**. En forma de jarabe, sobres o comprimidos tenemos varios donde elegir. Los más usados la *acetilcisteína*, *ambroxol*, *carbocisteína*, *bromhexina*, etc. Como su efecto es romper el moco y favorecer su salida, cuando más agua tomemos mayor es la hidratación y mejor eficacia tienen.

Vale, pero después de esta explicación **¿dónde está la cebolla?**... Bueno, como me he alargado un poco lo vemos en el siguiente Post

Comentarios