

## Crup

---

### ¿Qué es el crup?

El crup es una infección viral de las cuerdas vocales, la laringe (caja de voz) y la tráquea (vías respiratorias).

Los síntomas de crup son, entre otros:

- una tos baja y apretada que parece un "ladrido"
- ronquera

Puede llegar a oír un sonido discordante, áspero y que vibra cuando su hijo aspira aire. Esto se llama estridor. El estridor aparece en general solamente cuando llora o tose. A medida que la enfermedad empeora, también aparece estridor cuando su hijo duerme o está descansando. Cuando el crup es severo, puede ser difícil respirar.

### ¿Qué causa el crup?

En general el crup comienza como un resfrío. La inflamación de las cuerdas vocales causa ronquera. Cuando la apertura entre las cuerdas vocales se hace más angosta, puede causar estridor.

### ¿Cuánto tiempo dura?

El crup en general dura de 5 a 6 días, y generalmente es peor de noche. Durante este lapso, puede pasar varias veces de ser moderado a severo, y de vuelta a moderado. Los peores síntomas aparecen en niños menores de 3 años de edad.

### ¿Cómo se trata?

Si su hijo muestra súbitamente signos de estridor o falta de aliento, haga lo siguiente:

#### ***Inhalaciones de vapor húmedo***

El aire húmedo y cálido parece ser la mejor manera de relajar las cuerdas vocales e interrumpir el estridor. La manera más simple de hacerlo es haciendo que su hijo respire a través de un paño tibio y mojado colocado sobre su nariz y boca, sin apretarlo. Otra buena manera de hacerlo, si tiene un humidificador (no un vaporizador caliente), es llenarlo con agua tibia y hacer que su hijo respire profundamente la corriente húmeda.

#### ***Baño con vapor***

Mientras tanto, haga correr agua caliente de la ducha con la puerta del baño cerrada. Cuando el ambiente esté lleno de vapor, lleve a su hijo al baño y déjelo por lo menos por 10 minutos. Para que no tenga miedo, abrácelo o léale un cuento.

#### ***Aire frío***

A veces el aire frío alivia el estridor. Si hace frío afuera, lleve a su hijo afuera. También puede poner a su hijo frente a un refrigerador con la puerta abierta.

La mayoría de los niños se calman con los tratamientos mencionados y después duermen plácidamente toda la noche. Si su hijo continúa sufriendo de estridor, llame al profesional médico de su hijo INMEDIATAMENTE. Si su hijo se pone morado, se desmaya o deja de respirar, llame al (911).

Cuidado de una tos con crup (sin estridor) en el hogar

#### **Humidificador**

El aire seco en general empeora la tos. Mantenga el cuarto de su hijo humidificado. Use un humidificador si lo tiene. Hágalo funcionar las 24 horas del día. Si no tiene un humidificador, cuelgue sábanas o toallas húmedas en el cuarto de su hijo.

### **Líquidos tibios para los espasmos de tos**

Los espasmos de tos se deben con frecuencia a mucosa pegajosa que se atasca en las cuerdas vocales. Los líquidos tibios pueden ayudar a relajar las cuerdas vocales y soltar la mucosa. Use líquidos claros (por los que pasa la luz) como jugo de manzana, limonada o té herbal. Sólo dé líquidos tibios a niños mayores de 4 meses de edad.

### **Medicamentos contra la tos**

Los medicamentos ayudan menos que el vapor o tomar líquidos tibios claros. Si su hijo es mayor de 4 años de edad, le puede dar caramelos para la tos. Si su hijo ya tiene 1 año de edad, le puede dar 1/2 a 1 cucharita de jarabe de maíz o agave en la medida que sea necesario para licuar las secreciones. Si su hijo tiene fiebre (más de 102°F ó 38.9°C) le puede dar acetaminofen (Tylenol) o ibuprofeno (Advil).

### **Observación de cerca**

Mientras su hijo tenga síntomas de crup, duerma con él en el mismo cuarto. El crup puede ser una enfermedad peligrosa.

### **Exposición al humo**

Nunca deje que nadie fume cerca de su hijo. El humo puede empeorar el crup.

### **Contagio**

Los virus que causan el crup son bastante contagiosos hasta que la fiebre desaparezca, o por lo menos durante los primeros 3 días de la enfermedad. Como no se puede prevenir la transmisión de esta infección, su hijo puede volver a la escuela o la guardería una vez que se sienta mejor.

### **¿Cuándo debo llamar al CONSULTORIO?**

Lláme INMEDIATAMENTE si:

Tiene dificultades para respirar (cuando su hijo no está tosiendo).

Su hijo comienza a babear o escupir, o comienza a tener muchas dificultades para tragar.

El vapor húmedo no alivia el estridor después de 20 minutos.

Su hijo comienza a comportarse como si estuviera muy enfermo.

Llame dentro de las 24 horas si:

Los ataques de estridor ocurren más de 3 veces.

Tiene fiebre por más de 3 días.

El crup dura más de 10 días.

Tiene alguna otra pregunta o preocupación.