Texto:
¿Qué es el resfriado común?
•El resfriado común también se conoce como infección viral aguda de las vías respiratorias superiores. 
•Los virus ocasionan resfriados pero las bacterias no.
•Los resfriados pueden hacerle sientir mal de varias formas. Pueden ocasionar lagrimeo en los ojos, congestión o goteo nasal, estornudos, irritación o dolor de garganta, fiebre, dolor muscular y tos. También pueden hacer que se sienta muy cansado (o fatigado). 
•Los virus de los resfriados se transmiten de tres formas: por el aire, mediante el contacto con personas que tienen un resfriado y con superficies que han sido tocadas por alguien con un resfriado. 
•Después de haber contraído un virus de resfriado, generalmente pueden pasar hasta 3 días antes de empezar a sentirse enfermo. 
•Puede evitar transmitir resfriados si:
-Se lava las manos con frecuencia 
-Evita estar en contacto cercano con personas enfermas
-Cubre su tos o estornudo con un pañuelo de papel o con el codo 
-Usa una mascarilla si está enfermo y cerca de otras personas
 
¿Qué debo hacer para mejorarme?
•No se pueden tratar los virus del resfriado directamente, pero se pueden tratar los síntomas. Pregúntele al personal de atención médica qué debe hacer. Es posible que le recomienden:
-Para aliviar el dolor de garganta: hacer gárgaras con agua, usar pastillas para la tos o ingerir miel (no debe dar miel a niños menores de 1 año).
-Descansar mucho, tomar mucha agua u otros líquidos y no fumar. 
•Los antibióticos no ayudan a curar los resfriados. Los antibióticos solamente matan bacterias y las bacterias no ocasionan los resfriados. Si usa antibióticos para tratar los virus, no se sentirá mejor y estos pueden hacer más daño que bien. Seguirá sintiéndose enfermo y el antibiótico puede provocarle salpullido en la piel, diarrea o una infección por cándida. 

¿Cuándo me sentiré mejor?
•La mayoría de los resfriados duran 1 o 2 semanas, pero algunas personas quedan con tos por más tiempo. 
•Aunque es posible que no se sienta bien, el resfriado común casi nunca ocasiona una enfermedad grave.

Comuníquese con el personal de atención médica si:
•No mejora después de 10 días.
•Empieza a tener fiebre alta (más de 102° F), dificultad para respirar o tragar, falta de aliento, dolor en el pecho, sangre en el esputo, confusión, dolor de cabeza intenso, dolor intenso en la cara o frente, cansancio o fatiga intensa o salpullido.

El propósito de este documento es proporcionar información relacionada con la salud para que esté mejor informado. No sustituye la consulta de su médico y no debe basarse en este documento para el tratamiento de condiciones médicas específicas.

Directions for Adding Your Logo to Your Document

If you chose to add a logo to this document, you can place it in the footer, below the article development content.

**Steps:**

1. Open the footer section (either double click in the footer section of the document or go to the “Insert” tab→ select the drop-down menu for “Footer” → and click on “Edit Footer”).
2. Make sure your cursor is below the bottom line (or wherever you want your logo).
3. Go to the “Insert” tab.
4. Click on “Pictures” from the “Insert” tab.
5. A window will pop up so you can search your computer for the logo. Select your logo (.jpg or .png format) and click the insert button.
6. Your logo will appear in your footer. If you are happy with the placement, skip step 7.
7. \*\* If you want to move the logo image around, click on the logo→ go to the   
   “Format” tab→ click on the “Wrap Text” drop-down menu→ and select “In front of text.” This formatting will allow you to move the logo freely around the screen.
8. When you are satisfied with the placement of the logo, exit the footer section (either double click outside of the footer area or go to the “Design” tab→ and click the “Close header and footer” button).

AHRQ Pub. No. 17(22)-0030

September 2022