

Dolor de garganta

Sore Throat

A sore throat is an inflamed or irritated throat that causes pain or discomfort when a person swallows. Other signs may include a fever, white patches in the throat and swollen lymph glands in the neck.

Causes

A sore throat may be caused by:

- An infection
- An allergy
- Low humidity
- Smoking
- Shouting or voice strain
- Breathing in chemical fumes or air pollution

Things you can do to feel better

- Get plenty of rest.
- Drink plenty of liquids. Drink hot liquids, such as tea and soup, to soothe the throat and thin mucus.
- Gargle with warm salt water. Mix $\frac{1}{2}$ teaspoon of salt in 1 cup or 240 milliliters (ml) of warm water.
- Suck on sore throat lozenges or hard candies.
- Use over the counter pain medicine. Children should not take aspirin.
- Stop smoking and avoid second-hand smoke.

El dolor de garganta se refiere a una garganta inflamada o irritada que provoca dolor o molestias al tragar. Otros signos pueden ser fiebre, manchas blancas en la garganta y ganglios linfáticos inflamados en el cuello.

Causas

El dolor de garganta puede ser causado por:

- infección
- alergia
- humedad baja
- fumar
- gritar o forzar la voz
- inhalación de vapores químicos o contaminación atmosférica.

Cosas que puede hacer para sentirse mejor

- Descanse mucho.
- Beba abundante líquido. Beba líquidos calientes, como té y sopa, para aliviar la garganta y diluir la mucosidad.
- Haga gárgaras con agua salada tibia. Mezcle $\frac{1}{2}$ cucharadita de sal en 1 taza o 240 mililitros (ml) de agua tibia.
- Chupe pastillas para el dolor de garganta o caramelos duros.
- Utilice analgésicos de venta libre. Los niños no deben tomar aspirina.
- Deje de fumar y evite ser fumador pasivo.

In most cases, a sore throat will heal on its own. **See your doctor if you have a fever, a rash or your signs worsen.** A swab of the back of the throat may be done to see if you have an infection.

- If you have a **bacterial** infection, such as strep throat, antibiotic medicine may be ordered by your doctor. Take all of the medicine until it is gone. Do not stop taking it when you feel better.
- **Viral** infections, such as a cold or flu (influenza), cannot be treated with antibiotics.

Call your doctor right away if you have:

- Trouble breathing
- Severe problems swallowing
- A fever over 100.5 degrees F or 38 degrees C
- A rash
- Tender or swollen lymph glands in the neck

Talk to your doctor or nurse if you have any questions or concerns.

En la mayoría de los casos, el dolor de garganta se cura por sí solo. **Consulte con el médico si tiene fiebre, erupción cutánea o sus síntomas empeoran.** Se puede realizar un hisopado de la parte posterior de la garganta para ver si tiene una infección.

- Si tiene una infección **bacteriana**, como una faringitis estreptocócica, el médico puede recetarle un antibiótico. Tome todo el medicamento hasta que se acabe. No deje de tomarlo cuando se sienta mejor.
- Las infecciones **virales**, como el resfriado o la gripe (influenza), no se pueden tratar con antibióticos.

Llame al médico de inmediato si presenta alguna de las siguientes situaciones:

- Dificultad para respirar.
- Problemas graves para tragar.
- Fiebre por encima de 100.5 °F (38 °C).
- Una erupción.
- Ganglios linfáticos sensibles o inflamados en el cuello.

Hable con el médico o con el personal de enfermería si tiene alguna pregunta o inquietud.