



## ¿CÓMO DISTINGUIR ENTRE RESFRIADO, GRIPE Y ALERGIA?

Con la llegada de la primavera, la temporada de gripe comienza a desaparecer. Sin embargo, cuando las temperaturas suben, llegan a casa los típicos síntomas de las alergias estacionales, que en ocasiones se confunden con un resfriado.

Entonces, ¿cómo saber si enfrentamos un resfriado, gripe o alergia? **Los resfriados y la gripe son causados por virus diferentes.** Además, «los síntomas asociados con la gripe son más graves», de acuerdo con Teresa Hauguel, especialista de los *Institutos Nacionales de Salud (NIH)*.

**Ambas enfermedades pueden dar lugar a goteo nasal, congestión, tos y dolor de garganta.** A diferencia del resfriado, la gripe también provoca fiebre alta que dura entre 3 y 4 días, así como dolor de cabeza, fatiga, molestias generales y dolor.

**En cuanto a las alergias, no las causa un virus; es el sistema inmunológico del cuerpo el que reacciona a un factor desencadenante o alérgeno.** Los síntomas recaen en nariz, pulmones, garganta, oídos, revestimiento del estómago o sobre la piel. La duración depende de cuánto tiempo se esté expuesto al alérgeno.

- **Resfriado común.** Los síntomas duran hasta 2 semanas: congestión nasal, secreción nasal, dolor de garganta y tos.
- **Gripe.** Los síntomas suelen durar entre 1 y 2 semanas: fiebre alta, dolor de cabeza, debilidad, cansancio, tos y malestar en el pecho.
- **Alergia estacional.** Dura tanto como la presencia de los alérgenos: congestión nasal, secreción nasal, picazón y lagrimeo en los ojos.

Vía: ClickISalud