
Como saber si es alergia o resfriado

31, mayo



Hay una serie de enfermedades que llamamos estacionales, esto es, que en una época del año se dan frecuentemente y en otra no. La gripe por ejemplo es más frecuente en invierno, pero nunca podemos descartar que alguien la pase en otoño o primavera. Ocurre lo mismo con los catarros o las infecciones respiratorias (bronquitis, neumonías, etc) mucho más habituales en los meses fríos, pero posibles en todo el año. También se da el caso de personas que tienen enfermedades crónicas bien controladas durante todo el año y que en los periodos cercanos a los cambios de estación se les agudizan y tienen recaídas. Las crisis suelen ser en otoño, al pasar del calor al frío, y en primavera al ir hacia el calor desde el fresco. Sin embargo esto no es una cuestión matemática, unos pueden sufrirlo y otros no, por tanto no se considera estacional.

Pero hay una enfermedad que destaca sobre todas las demás por su relación con las estaciones meteorológicas. Esta enfermedad tiene una precisión casi exacta en su aparición y por tanto es muy previsible, pero alberga una única duda, cual será la intensidad de los síntomas que va a provocar. Se trata de la alergia al polen, que afecta a miles y miles de personas. Afortunadamente a la gran mayoría de las personas les provoca síntomas leves pero molestos: congestión nasal, ojos irritados, estornudos, moqueo y dolor de garganta. Síntomas que como podéis ver son comunes al resfriado y que mucha gente puede confundir. Una persona que año tras año sufre de alergia no tiene ninguna duda de que lo es, su experiencia le avala.

Sin embargo en primaveras como la de este año muchas personas que no han tenido nunca alergia han empezado a sufrirla. Parece que los altos índices de polen en el aire han provocado este boom alérgico. Las consultas médicas se han llenado de personas que confundían sus síntomas y pensaban estar resfriados: mocos, toses persistentes, congestión, ojos irritados...decían "me he cogido un buen resfriado con el calor que hace".

Y efectivamente es muy difícil diferenciar ambas cosas, sobre todo si es la primera vez que nos da. Voy a comentar brevemente las diferencias por si son útiles a alguien. Un resfriado suele durar una

semana a diferencia de la alergia que pueden ser semanas o meses según sea la polinización. Además los síntomas catarrales suelen ser constantes y continuos en el día, mientras que los alérgicos aparecen más por la mañana y al atardecer, pasando un mediodía más tranquilo. Si aparece fiebre o la secreción nasal es poco clara (amarillenta o verde) casi podemos asegurar que es un resfriado. En cambio, si tenemos estornudos frecuentes y los ojos nos pican o nos lloran podemos asegurar que es alergia. Respecto a las tos es más compleja la diferencia, el catarro suele darla solo al final del proceso, en la alergia puede deberse a dos factores. Una tos más seca por la irritación de la garganta que responde bien a antitusivos (los jarabes de la tos habituales), o estar relacionada con problemas asmáticos y ser más difícil de tratar, necesitando el uso de inhaladores recetados por su médico.

En los casos más graves puede ser útil conocer de qué planta es el polen que nos da alergia, incluso se han desarrollado en los últimos años las llamadas vacunas individualizadas. Son tratamientos de insensibilización que buscan inyectar cantidades muy pequeñas de polen en la piel, que se irá incrementando poco a poco para conseguir que el cuerpo se habituó a la presencia del polen. Esto es un buen ejemplo de que la ciencia avanza rápido para hacernos la vida más sencilla y confortable.

Comentarios