

## PARECE QUE ME RESFRÍO TODOS LOS INVIERNOS: ¿CÓMO PUEDO SABER SI ES RESFRIADO O ALERGIA RESPIRATORIA?

*Para distinguir un resfriado de una alergia es necesario identificar algunos síntomas fundamentales y la frecuencia con la que aparecen.*

Una gripe o resfriado es causado por la respuesta inmune para defendernos frente a patógenos respiratorios, como virus; por otro lado, las alergias respiratorias se desarrollan como respuesta del sistema inmune a los alérgenos que son componentes inoocuos, como polen, humedad, polvo, pasto, contaminación, ácaros, metales y otros.

Pueden presentarse síntomas en común, como goteo de nariz o congestión nasal, estornudos, obstrucción de las vías respiratorias, entre otros. Pero también hay diferencias, como por ejemplo que, en caso de alergias por

lo general, no se presenta dolor de garganta o tos, ni presentan fiebre. Lo que se puede presentar en caso de alergias es hinchazón en los párpados y marcas oscuras debajo de los ojos.

El doctor Leandro Carreño, investigador del Instituto Milenio de Inmunología e Inmunoterapia (IMI) señala que un resfriado puede durar de 3 a 10 días en los adultos, pero la tos puede durar un par de semanas más. Las alergias pueden durar varias semanas, debido a la permanencia constante del alérgeno causal. Se pueden tratar con enjuague nasal con solución salina, antihistamínicos o atomizadores nasales con esteroides. Evite la exposición a alérgenos siempre que sea posible.

Se estima que alrededor del 25% de la población chilena tiene alergia respiratoria, una cifra que coincide con la estimación mundial. Para el académico de la U. de Chile,

la alergia es producida por un agente alérgeno y en invierno siguen estando presente algunos agentes, "hay algunas personas que tienen alergia ambiental o respiratoria y lamentablemente lo sufren todo el año porque los estímulos están presentes todo el año", explicó.

Las alergias respiratorias son las más comunes, hay casos delicados y molestos de personas alérgicas por lo que el equipo investigador de IMI ha avanzado en terapias de tratamiento que buscan disminuir los síntomas y generar tolerancia a aquello que es identificado erróneamente por el sistema inmune como peligroso.

Para el Dr. Carreño, cabe considerar también las infecciones virales que podrían generar en algunas personas mayor susceptibilidad de por vida a tener alergia, provocando una respuesta inmune que promueve reacciones alérgi-



cas. "Por ejemplo, el virus respiratorio sincicial hace que los niños que son hospitalizados tengan mayor incidencia de asma posteriormente, como lo indican diversos estudios. Similar ocurre con el Covid-19", enfatizó.

"Es importante diagnosticar las alergias. Hay quienes viven con una y piensan que solo es un resfriado, pero hay que tomar esto como un problema de salud pública, que genera muchas molestias en algunos casos, dificultando incluso la vida diaria. Además, su incidencia sigue aumentando", sostuvo el académico.