Con la llegada de la primavera y cambio estacional surgen **congestiones, malestares nasales o molestias en la garganta**, que, en ocasiones son asimiladas a alergias, pero también a resfríos.

De este modo, **cuesta distinguirlos y por ello se complica el panorama para poder combatir de manera efectiva los síntomas**. “Aunque el resfriado común y la rinitis alérgica comparten síntomas como los estornudos y la congestión nasal, **son afecciones muy distintas**”, dice el médico familiar y académico de la Facultad de Medicina de la Universidad de los Andes (UANDES) **Andrés Glasinovic**.

Anuncio Patrocinado

Para ello, **el especialista entrega una serie de claves para identificarlos**. Estas son:

Causa:

- Resfriado: Es una infección viral leve que se contagia a través del aire o por contacto directo con secreciones respiratorias.
- Rinitis alérgica: Es una reacción del sistema inmunitario a sustancias como el polen, el polvo o el pelo de mascotas. No es contagiosa y ocurre cuando el cuerpo identifica erróneamente estas sustancias como una amenaza.

Síntomas claves:

- Resfriado: Además de congestión y estornudos, puede incluir además dolor de garganta, tos, malestar general y/o disfonía. Predomina la secreción nasal más espesa y amarilla.
- Rinitis alérgica: Predominan la picazón, estornudos y secreción nasal transparente y líquida. No hay malestares corporales.

Duración:

- Resfriado: Los síntomas duran entre 5 a 10 días.
- Rinitis alérgica: Persiste mientras haya exposición al alérgeno. Por ejemplo, puede durar semanas en primavera (por el polen) o todo el año (si es por ácaros del polvo).

Momento de aparición:

- Resfriado: Es más frecuente en otoño e invierno.
- Rinitis alérgica: Si es estacional, se activa en épocas de polinización (primavera/verano). Si es crónica, ocurre en cualquier momento.

y tú, ¿qué opinas?