



Cómo diferenciar la rinitis alérgica del resfriado común

En el marco de la semana mundial de la alergia es fundamental hacer un diagnóstico certero y temprano para poner en marcha un tratamiento efectivo contra la rinitis alérgica

Buenos Aires, 22 de junio de 2023.- La Semana Mundial de la Alergia se celebra del 18 al 24 de junio. Este año el lema será: "El cambio climático empeora las alergias". Es una semana que tiene por objetivo prevenir y concientizar a la población sobre el problema de las enfermedades alérgicas.

Los pacientes con rinitis alérgica, especialmente en sus formas persistentes y moderadas/severas, ven afectada su calidad de vida, presentando fatiga diurna, trastornos del sueño, problemas de concentración e irritabilidad, por ello es fundamental hacer un diagnóstico.

La rinitis alérgica afecta a casi un *tercio de la población mundial¹* y sus *síntomas más comunes* son picazón en los ojos o nariz, secreción nasal, estornudos, tos e irritación de garganta. Estos síntomas suelen ser similares a los del resfriado común y podrían generar confusión a la hora de identificar la enfermedad, afectando su tratamiento, por eso es importante conocer las diferencias.

"La rinitis alérgica repercute en la calidad de vida de quien la padece, es más difícil tener un sueño reparador y el paciente experimenta fatiga diurna, tiene problemas para concentrarse y aumenta su irritabilidad", explica Thomas Cuellar, gerente médico para Allegra en Sanofi Salud del Consumidor. *"Por eso es tan importante un diagnóstico apropiado, pues el paciente reconocerá los desencadenantes de su alergia y podrá poner en marcha un plan que puede incluir antihistamínicos para tratar la condición",* agrega el Dr. Cuellar.

Existen algunas diferencias fundamentales para distinguir la rinitis alérgica del resfriado común:

Tiempo de manifestación

El resfriado es causado por la presencia de un virus o un agente infeccioso en el organismo y sus síntomas en general tienen una duración promedio de una semana. En cambio, la rinitis alérgica se produce cuando el organismo entra en contacto con una molécula transportada por el aire que desencadena una reacción

¹ Akdis et al., *Sci. Transl. Med.* 15, eadd2563 (2023)

alérgica por parte del sistema inmunitario para protegerse. Esto significa que los síntomas se presentarán durante el tiempo que el paciente esté en contacto con el alérgeno, pero pueden ser aliviados rápidamente mediante un antihistamínico —medicamento que bloquea la histamina, sustancia liberada por el sistema inmunitario durante la reacción alérgica.

Los alérgenos más comunes en ambientes interiores son los ácaros del polvo, el moho, la caspa de los animales domésticos y productos químicos para el aseo del hogar. En ambientes exteriores son el polen, el pasto, la maleza y los árboles, el moho y el humo de vehículos industriales. Además, a causa del cambio climático, los países con estaciones han experimentado temporadas de alergia —primavera y verano— cada vez más largas e intensas.

Presencia de fiebre y malestar general

La fiebre es un síntoma generalmente relacionado con la presencia de una infección en el organismo, así que es una señal que permite sospechar que el paciente presenta un resfriado y no un episodio de rinitis alérgica. Lo mismo sucede con el malestar general, cuando los síntomas vienen acompañados de dolor muscular, de articulaciones y poca energía, es una señal de que es un resfriado común.

En el caso de que los síntomas y los desencadenantes del malestar se asemejen a una rinitis alérgica, es importante acudir al médico para tener un diagnóstico definitivo e identificar cuáles son los alérgenos que están causando la enfermedad. Si el paciente es un niño, es importante tomar las medidas necesarias porque puede repercutir en su desarrollo: problemas físico-sociales y de aprendizaje, de concentración, trastornos del sueño e impedimentos auditivos o del habla.

Las recomendaciones generales para los pacientes que sufren de **rinitis alérgica** son:

- Identificar que está causando la alergia.
- Evitar el contacto con el alérgeno: esta es una práctica de autocuidado recomendada que no siempre puede llevarse a cabo.
- Disminuir el tiempo de contacto del alérgeno con la mucosa nasal realizando lavados con solución salina.
- Poner en marcha farmacoterapia con antihistamínicos orales de segunda generación: son un tratamiento de primera mano para la rinitis alérgica y de gran beneficio para síntomas como la secreción nasal, los estornudos, y la picazón en los ojos o nariz.

Somos una compañía global innovadora de atención médica, impulsada por un propósito: perseguimos los milagros de la ciencia para mejorar la vida de las personas. Nuestro equipo, en cerca de 100 países, se dedica a transformar la práctica de la medicina trabajando para convertir lo imposible en posible. Brindamos opciones de tratamiento que pueden cambiar la vida de las personas, tanto con medicamentos de venta libre como recetados, y protección mediante vacunas que salvan vidas a millones de personas en todo el mundo. Al mismo tiempo, ponemos la sustentabilidad y la responsabilidad social en el centro de nuestras ambiciones.