

¿ES UN CATARRO O ES LA INFLUENZA?

Los primeros síntomas de un catarro generalmente son dolor e irritación en la garganta, seguido de estornudos y escurrimiento nasal. Su temperatura generalmente es normal o solo ligeramente elevada. Se puede desarrollar una tos ligera.

Por otra parte, los síntomas de la influenza generalmente se desarrollan con rapidez e incluyen dolor de cabeza, tos seca y escalofríos. Los síntomas se agravan más rápidamente que los del catarro. De hecho, le pueden hacer sentir como si lo hubieran "golpeado", con dolores musculares en la espalda y las piernas. A muchas personas les da una fiebre de hasta 104 grados. La fiebre puede empezar a quitarse el segundo o tercer día. En estos días empezará a aparecer una congestión nasal y garganta irritada. El malestar general de cansancio y debilidad puede durar por días o hasta semanas.

Síntomas	Catarro	Influenza
fiebre	raro	alta (102-104 F); dura 3-4 días
dolor de cabeza	raro	grave
malestar general y dolor	ligero	generalmente y a menudo grave
fatiga, debilidad, cansancio	muy leve	Temprano y grave, puede durar hasta 2-3 semanas
nariz congestionada	común	ocasionalmente
estornudos	generalmente	ocasionalmente
garganta irritada	común	ocasionalmente
molestia en el pecho, tos	Ocasionalmente; tos seca y ahogada	común; puede ser grave

Para sentirse mejor cuando usted se encuentre enfermo, recuerde descansar bien y tomar suficientes líquidos. Si es necesario, use un humidificador para calmar la resequedad en las vías respiratorias. Consulte con su profesional de atención de la salud o con su farmacéutico para obtener la medicina apropiada para sus síntomas.

La mayoría de las personas no tienen que llamar al médico inmediatamente si presentan síntomas del catarro o de la influenza. Sin embargo, los adultos mayores, las personas con problemas respiratorios, las mujeres embarazadas, las personas con sistemas inmunológicos debilitados y los niños menores de los 2 años de edad que no hayan sido vacunados deberán consultar con su proveedor de atención médica cuando empiezan por primera vez los síntomas de la influenza. Todas las demás personas deberán consultar con su proveedor de atención médica si sus síntomas se agravan, permanecen por mucho tiempo o se presenta vómito, fiebre alta, dolor en el pecho o tos con una mucosidad verde-amarilla.

MANTENGA TODOS LOS MEDICAMENTOS LEJOS DEL ALCANCE DE LOS NIÑOS

Para mayor información, visite www.hcphe.org o www.cdc.gov

Fuentes: Los Centros para la Prevención y el Control de Enfermedades (Centers for Disease Control and Prevention), Departamento de Salud y Servicios Humanos (Department of Health and Human Services), Administración de Alimentos y Drogas (Food and Drug Administration).