

Cómo diferenciar COVID-19 de la gripe y las alergias

Con síntomas similares, es difícil diferenciar entre la gripe, las alergias y el nuevo coronavirus, o COVID-19. Pero los médicos dicen que hay varias formas de distinguirlos.

De un Vistazo

- Cada enfermedad tiene algunos síntomas clave
- La temporada de gripe todavía está en marcha en muchos estados de EE. UU.
- La temporada de alergias podría durar más este año debido a un invierno templado

A menudo, las personas están confundidas por algunos de los síntomas similares entre COVID-19 y la gripe, y con la primavera, ahora tenemos alergias que agregar a la mezcla. Alergias pueden ocurrir en cualquier época del año, pero son más comunes en la primavera cuando el polen prevalece en el aire. Y la temporada de alergias de este año podría ser larga, gracias a un invierno más cálido en algunas regiones.

"La temporada de alergias 2020 puede comenzar temprano en el sur y el este de los Estados Unidos debido a condiciones invernales muy leves", dijo el bloguero sobre clima y clima subterráneo Bob Henson. "A partir del lunes, la distribución de la primavera se adelantó más de tres semanas por encima del promedio en Washington y Nueva York, según la Red Nacional de Fenología. La distribución es la más temprana en el registro de 39 años para partes de Louisiana, Mississippi, Georgia y las Carolinas".

La investigación ha demostrado que un inicio temprano de la primavera aumenta la duración de la exposición al polen de los árboles, agregó Henson.

Le pedimos al Dr. Kartik Cherabuddi, especialista en enfermedades infecciosas y epidemiólogo de la Universidad de Florida, que explicara los síntomas clave y las diferencias entre las alergias, la gripe y el COVID-19, la enfermedad causada por el nuevo coronavirus que se está extendiendo rápidamente en todo el mundo.

ALERGIAS

Estornudos y picazon son los síntomas característicos de las alergias estacionales, técnicamente conocidas como rinitis alérgica o sinusitis alérgica, y ninguno de esos síntomas prevalece con la gripe o el COVID-19, dijo Cherabuddi.

"Creo que esos dos tipos hablan más sobre la parte de la alergia ", dijo." Así que si tienes picazón, estornudos predominantemente, alguna obstrucción nasal ... esos tienden a ser mucho más comunes con la rinitis alérgica ".

La gente también podría estar fatigada, pero eso se debe más a la pérdida de sueño debido a los otros síntomas que a la enfermedad en sí misma, agregó. El goteo posnasal también es a veces común.

Las alergias estacionales afectan hasta a tres de cada 10 personas en los EE. UU., Y la mayoría de las personas que tienen alergias ya están familiarizadas con los síntomas. "Por lo general, la gente ha tenido esto antes", dijo Cherabuddi.

GRUPE

Si bien la temporada de gripe generalmente comienza a disminuir en esta época del año, casi todos los estados aún informan una alta incidencia de enfermedades relacionadas con la gripe, según los últimos números de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades de EE. UU. Esta temporada de gripe ha sido especialmente dura para los niños, un grupo que hasta ahora parece menos afectado por COVID-19.

De las tres enfermedades, la gripe es la más común y la que una persona tiene más probabilidades de ser diagnosticada actualmente, dijo Cherabuddi. **Fiebre, dolores de cabeza y dolores corporales** son los síntomas clave de la gripe. Algunas personas también pueden experimentar un **ligero dolor de garganta y goteo posnasal**. "Y esa sensación de no sentirse bien, **malestar, fatiga**", dijo. "Estos tienden a estar mucho más presentes con la gripe que cualquier otra cosa". La fiebre con la gripe tiende a ser más alta que con COVID-19, y la **aparición de los síntomas es más rápida**.

COVID-19

A diferencia de la gripe, **los síntomas de COVID-19 parecen tardar más en aparecer, y la enfermedad parece persistir durante semanas** una vez que alguien está infectado. "Este tiende a ser más lento, no tanta fiebre (o) fiebre muy baja", dijo Cherabuddi. Los síntomas más prominentes de COVID-19 son **tos seca y falta de aliento**, dijo. Cherabuddi dijo que los estudios de China muestran que **solo alrededor del 40% de las personas infectadas tenían fiebre** cuando fueron al hospital, pero el resto se desarrolló una en un día o dos. Alrededor de dos tercios tuvieron tos seca. Algunas personas desarrollan un caso grave de neumonía después de días con la enfermedad.

"En las personas que conocemos que tenían una neumonía, les llevó aproximadamente 9 o 10 días llegar allí", dijo Cherabuddi. Señaló que la mayoría de los casos no fueron graves y la duración promedio de la exposición a enfermarse fue de aproximadamente cinco días. "Lo que sabemos de los EE. UU. Ahora es que **la mayoría de las personas tienen alrededor de una semana sin sentirse tan bien, algo de tos, algunas fiebres de bajo grado, tal vez algunos dolores musculares menores** ", dijo.