



Asma, alergias o resfrío: ¿Cuál es la diferencia?

El **asma** es una enfermedad pulmonar que provoca que las vías respiratorias se tensen, lo que causa dificultad para respirar.

El asma le provoca silbidos, dificultad para respirar, sensación de opresión en el pecho y tos.



Más de 20 millones de niños y adultos en los Estados Unidos padecen de asma.

¿Qué sucede con el asma?

Las vías respiratorias son las partes del cuerpo que llevan el aire hacia el interior de los pulmones y lo expulsan del cuerpo. Con asma, es más difícil respirar debido a que las vías respiratorias se estrechan y tensan. El asma puede ser provocada por infecciones, alergias, ejercicio, cambios de temperatura u otros desencadenantes como polvo, humo o pelo de animales.

Con asma, usted puede presentar:

Silbidos.

Dificultad para respirar.

Tos con o sin mucosidades.

Tos con o sin ejercicio.

Tos al estar en contacto con aire frío o en una habitación llena de humo.

Días de inasistencia en la escuela o el trabajo.

¿Qué sucede con las alergias?

Las alergias ocurren cuando uno es muy sensible a algunas cosas, y pueden hacer que las personas se enfermen.

Puede tener alergia a:

El polen

Medicamentos

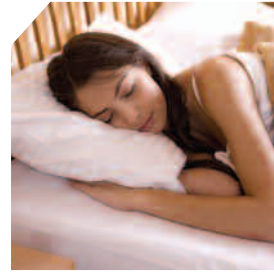
Los ácaros del polvo

Alimentos

Animales

El humo

El moho



Asma, alergias o resfrío: ¿Cuál es la diferencia?

Con las **alergias**, puede tener estos síntomas:

- Estornudos
- Escurrecimiento y picazón en la nariz
- Ojos rojos, llorosos o que pican
- Hinchazón
- Tos
- Silbidos
- Sarpullido

¿Qué sucede con un resfrío?

Un resfrío es una infección, y causa estornudos, congestión nasal, dolores de cuerpo y fiebre.

¿Cuál es la diferencia?

La principal diferencia entre las alergias y un resfrío es el *tiempo que duran los síntomas*. Normalmente, un resfrío dura de 5 a 14 días, mientras que las alergias duran más, pueden llegar a durar todo el año.

Qué debe hacer:

Alergias	Asma	Resfrío
Evitar los desencadenantes	Evitar los desencadenantes	Descansar
Inyecciones contra la alergia (consulte al médico)	Medicamentos para el asma	Beber líquidos
Medicamentos		Medicamentos

No existe una cura para las alergias, el asma o el resfrío común. Puede ayudar a controlarlos al:

- Aprender lo que sucede en su cuerpo. Consulte a su médico.
- Evitar lo que hace que los síntomas empeoren.
- Seguir su plan para el asma o las alergias.
- Tomar los medicamentos para el asma, la alergia o el resfrío de la manera en que lo indica su médico.

Asuma el control y manténgase saludable.

Referencias

Asthma and Allergy Foundation of America. [Fundación Estadounidense del Asma y las Alergias.]

Disponible en: <http://www.aafa.org>

National Heart Lung and Blood Institute. [Instituto Nacional del Corazón, los Pulmones y la Sangre.]

Disponible en: http://www.nhlbi.nih.gov/health/dci/Diseases/Asthma/Asthma_WhatIs.html