

## ¿Sabe qué virus trae el frío?

Belén Escudero | EFE | 28/11/2012 - 13:23

1 comentario

Puntúa la noticia : 5 10 Nota de los usuarios: **0,0** (0 votos)

+ Seleccion eE + Flash elEcodiario + Medio ambiente + Salud

[Tweet](#)

Con la ola de frío que afecta a España los virus campan "a sus anchas" y se multiplican los casos de gripe, catarro y numerosas

enfermedades de las vías respiratorias propias del invierno, que pueden evitarse con algunos consejos básicos: abrigarse bien, airear espacios, extremar la higiene y vacunarse.

Una de las explicaciones a este devenir de virus, según señala Pilar Román, presidenta de la Sociedad Española de Medicina Interna (SEMI), es que con el frío se paralizan los pelillos de la nariz.

**De esta forma, dejan de actuar de barrera frente a los virus y a las bacterias que hay normalmente en el ambiente.**

### Los pelillos de la nariz

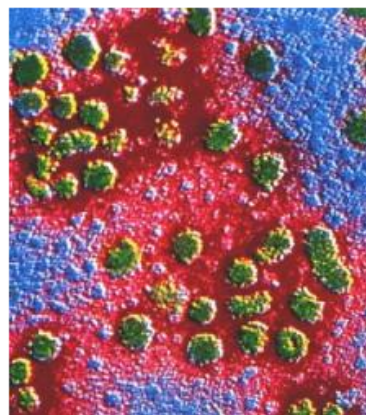
"Con la bajada de las temperaturas, se paralizan estos pelillos con lo que no atrapan los virus. Además, llega más frío a los pulmones y la colonización de esos virus es mayor", según comenta la doctora.

Por eso, para prevenir que los virus se apoderen de nosotros, es muy importante cumplir eso que repiten las madres cada día a sus hijos de **'itápate la nariz y la boca al salir a la calle, abrigate!'** porque, según la doctora, "esto, es cierto".

### Enfermedades comunes

Los resfriados comunes, las faringitis, amigdalitis, laringitis, bronquitis, pulmonía y neumonías son las enfermedades que más se propagan en esta época del año y algunas de estas patologías pueden suponer un gran riesgo para algunas personas que padecen otras patologías crónicas, sobre todo cardiovasculares y reumáticas.

"Una gripe, una pulmonía, una faringitis -explica la doctora- no tiene por qué ser grave en



El frío es un aliado de los virus.  
Imagen: Archivo

#### Enlaces relacionados

- ↑ OMS dice que encontró nuevo virus
- ↑ La gripe imita al ADN para ser más nociva

[Seguir a @elecodiario](#)

#### EL FLASH: TODA LA ÚLTIMA HORA

Bolsas

**Iberia: los sindicatos convocan huelga para el 14, 17, 18, 19, 20...**

11:06 ElEconomista.es - Empresas y finanzas

**Zona euro: la confianza económica sube inesperadamente en noviem...**

**¿UN PROBLEMA INFORMÁTICO EN EL PEOR MOMENTO?**

#### Noticias más leídas

1. [Repsol mejora la previsión: pagará un dividendo de un euro p...](#)
2. [El Constitucional pone en jaque la reforma energética al tum...](#)
3. [El Ibex 35 sube más del 1,5% y se acerca a los 8.000 puntos](#)
4. [Sanidad reduce el gasto en 803 millones en cuatro meses con ...](#)
5. [Las ayudas para sanear la banca sobrepasan ya los 106.500 mi...](#)

[Más noticias](#)

#### Noticias más leídas

principio si se da en un joven saludable, pero si afecta a una persona mayor con otras enfermedades puede descompensarlas e incluso provocar la muerte".

**Los cambios bruscos de temperatura pueden producir espasmos coronarios y con ello un mayor número de infartos de miocardio o anginas de pecho**, de ahí que los médicos aconsejen a las personas que sufren alguna patología cardiovascular que lleven precaución estos días si van a salir a la calle.

Un estudio realizado por investigadores del London School of Hygiene & tropical Medicine, publicado en la revista British Medical Journal, certifica, incluso, que la reducción de un grado centígrado en las temperaturas está directamente relacionado con un aumento del dos por ciento en el riesgo de ataque al corazón.

## El virus de la gripe

Los médicos insisten en la necesidad de concienciar a la sociedad y a los profesionales de la sanidad de la importancia de evitar la transmisión del virus de la gripe entre las personas más vulnerables.

Las epidemias anuales de gripe pueden afectar a todos los grupos de edad, pero quienes tienen mayor riesgo de sufrir complicaciones son los menores de dos años, los mayores de 65, las embarazadas y las personas de todas las edades en grupos de riesgo, especialmente las comprendidas entre los 50 y los 64 años.

Pero además, también es importante, según Román, que se vacunen los profesionales sanitarios, el personal que está en contacto con ancianos, los cuidadores, los maestros, es decir "todos aquellos que están al cuidado de personas con menos defensas".

Además de inmunizarse, proteger la boca y la nariz, se deben adoptar otras precauciones para no dejarse atrapar por los virus del invierno, como **lavarse las manos al regresar a casa, evitar en la medida de lo posible los lugares más frecuentados o airear las casas**, porque "con el frío, como tenemos las ventanas más cerradas, se acumulan más los virus y todos los respiramos".

## Twittear



Haga doble click sobre una palabra para conocer su significado

## Comentarios 1

1

28-11-2012 / 15:33  
Llaurador

Puntuación 5

Para el Invierno no hay nada como ZUMO DE NARANJA NATURAL, evitas resfriados, Gripe y la mayoría de enfermedades víricas, Yo todo todos los días un vasito de NARANJA NATURAL, los tetrabrik están muy adulterados, y el precio de la NARANJA es muy asequible.

## Deja tu comentario

Comenta las noticias de Ecodiario.es como usuario genérico o utiliza tus cuentas de Facebook o Google Friend Connect para garantizar la identidad de tus comentarios:

Usuario

Facebook

Friend Connect

Comentario:

1. Florentino Pérez medita destituir a Mourinho si el Real Madr...
2. Margallo: "Pensábamos que lo de Cataluña era cáncer, pero só...
3. Leire Pajín, más cerca de su regreso a la política
4. El agujero negro que no debería existir
5. Gallardón a los jueces: "No podíamos mantenerles 18 días de ...

Más noticias →

### Noticias más leídas

1. EGM, 3ª oleada: Los oyentes respaldan los cambios de la SER ...
2. Sigue, minuto a minuto, la segunda gala en directo de 'la Vo...
3. Ruimán abandona 'La Voz' por discrepancias con Melendi a pes...
4. El consejo de Telemadrid da 'luz verde' a la reducción del 7...
5. 'La voz', con un 33% y 4,8 millones, triplica la audiencia d...

Más noticias →

### Noticias más leídas

1. Las familias que manejan el automóvil
2. Ferrari quiere recurrir la maniobra de Vettel pero la FIA re...
3. Audi se enemista con Mourinho por no dar coches a sus ayudant...
4. Nuevo Porsche Cayman: cambio a mejor y a menor precio
5. La FIA no entrará de oficio en el adelantamiento de Vettel: ...

Más noticias →

### Noticias más leídas

1. Bustamante expulsado por una pelea
2. Antonia Dell'atte descubre sus ojos y su historia tras dos a...
3. Rafa Medina, el papá con más estilo
4. Elsa Pataky reaparece en Madrid
5. Álex González y Adriana Ugarte, romántico paseo por Madrid

Más noticias →

## EcoDiario en Facebook



EcoDiario.es sur Facebook



7,378 personnes aiment EcoDiario.es.



Gregorio



Marina



Antonio



Raquel



Emilio



Álvar



Álex



Elisa María



José Manuel



Jose