Publicado en Donostia - San Sebastián el 05/02/2019

# [Consejos del Colegio Oficial de Farmacéuticos de Gipuzkoa ante la gripe y el resfriado](http://www.notasdeprensa.es)

## Los expertos recomiendan lavarse las manos con frecuencia, utilizar pañuelos desechables, no frotarse los ojos con las manos, evitar los locales cerrados mal ventilados y evitar los cambios bruscos de temperatura, ya que el frío facilita una infección vírica al disminuir la resistencia de las mucosa

 Marina Guisasola, Asesora de la Junta de Gobierno del COFG explica en el siguiente vídeo, las diferencias entre la gripe y el resfriado: Pinchar aquí para ver su videoconsejo: https://youtu.be/N2rgTtw8gHk Con el invierno llegan las bajas temperaturas y el descenso de la humedad del ambiente. Coincidiendo con este fenómeno, el virus de la gripe y los resfriados empiezan a tocar las puertas de todas las casas en Gipuzkoa. Con motivo de la llegada del frío y las alergias, el Colegio Oficial de Farmacéuticos de Gipuzkoa aporta una serie de informaciones acerca de la gripe y el resfriado. La gripe es transmitida a través de gotitas producidas al hablar, toser, estornudar, que son transportadas por el aire o que contaminan objetos. Alcanza el epitelio de las vías respiratorias y allí penetra en las células, alcanzando su máxima concentración en las secreciones respiratorias a las 48-72 horas. La vacunación frente a la gripe es la medida más eficaz para prevenir la enfermedad. No evita la infección en todos los casos, pero sí reduce la intensidad y las complicaciones de la enfermedad. Es una vacuna de tipo inactivado, segura y se puede administrar a mujeres embarazadas. El resfriado, sin embargo, es causado por virus como: rinovirus, influenza, coronavirus, adenovirus etc. Según la época del año predominan unos u otros. Los factores facilitadores de la infección son la exposición al virus, la fatiga, el estrés y la fase intermedia del ciclo menstrual, entre otros. Se transmite por vía aérea y autoinoculación nasal o conjuntival. CARACTERÍSTICAS GRIPE RESFRIADOPERIODO INCUBACIÓN 18-36H 48-72HINICIO SÚBITO PAULATINOFIEBRE 38-41ºC RARAMIALGIAS SÍ NOCEFALEA MUY INTENSA RARATOS PRODUCTIVA NO SÍDOLOR LUMBAR SÍ NOESTORNUDOS RAROS SÍDOLOR GARGANTA A VECES SÍIRRITACIÓN OCULAR A VECES SÍ

**Datos de contacto:**

Colegio Farmacéuticos de Gipuzkoa Gabinete de Prensa

943223750

Nota de prensa publicada en: [https://www.notasdeprensa.es/consejos-del-colegio-oficial-de-farmaceuticos](http://www.notasdeprensa.es/educalivecom-disfruta-de-cursos-presenciales-y-clases-particulares-a-traves-de-internet)

Categorias: Nacional Medicina Industria Farmacéutica Sociedad País Vasco Infantil



[**http://www.notasdeprensa.es**](http://www.notasdeprensa.es)