



DST Demon Spike Training

Visit our web [clicking here](#)

En nuestra Web encontrarás trucos para aprender a entrenar, o si estás estancado, a superar el bache. El acceso es gratuito.

¿Catarros y Gripe se curan con medicamentos?

Ante todo, lo primero que debemos hacer es acudir al médico para que nos prescriba los antibióticos a tomar, con el fin de aliviar el malestar.

Los virus son los causantes de la mayoría por no decir de todos los catarros y gripes, ya típicos, del otoño en invierno. Éstos a diferencia del pensamiento de mucha gente, no se curan con medicamentos, sino que solo sirven para aliviar los síntomas.

Según el Área sanitaria 8 es recomendable que los enfermos acudan a su médico de cabecera a fin de tomar los medicamentos que les receten, y por supuesto siguiendo las pautas señaladas, pero nunca automedicarse. Es decir “Nunca se debe tomar antibiótico por iniciativa propia y sin consultar con el médico” apuntan diferentes autoridades sanitarias de diferentes municipios de La Comunidad de Madrid (España).

Asimismo los profesionales sanitarios recuerdan que los antibióticos curan las infecciones provocadas por lo diferentes bacterias, pero no por virus. Su mal uso y abuso pueden provocar que en unos años no sean efectivos en el cuerpo del paciente. Por eso siempre deben administrarse bajo prescripción médica y siguiendo las pautas exactas, de dosis, de horario, y de duración del tratamiento, indicadas por el médico, ya que según estos, “uno de los malos usos de los antibióticos es tomarlos automáticamente cuando aparecen los primeros síntomas de gripe, un catarro o por simple dolor de garganta. Con el antibiótico no solo no va a curar un proceso gripal o catarral normal, sino que además, se expone al cuerpo a no reaccionar ante los antibióticos cuando sean realmente necesarios”

Entonces nos podemos preguntar ¿Cómo aliviar los síntomas de la gripe y del catarro? Según los profesionales del sector, lo mejor que podemos hacer es:

- Descansar y dormir algo más de lo habitual.
- Tomar paracetamol o ácido acetil salicílico (la aspirina de toda la vida) en caso de fiebre y malestar general (siempre que su médico no se lo haya contraindicado por alguna razón de diferente índole, como pueden ser alergias, enfermedades gástricas, tratamientos anticoagulantes o procesos asmáticos).
- Dejar el tabaco unos días (y si es de por vida mejor, no olvidemos que afecta a nuestra salud, eso conlleva a que afecte a nuestro rendimiento deportivo, a nuestra capacidad pulmonar, es decir, a nuestra calidad de vida).
- Beber mucha agua y zumos naturales. Asimismo también es recomendable las infusiones de tomillo y de manzanilla, que se pueden mezclar con miel o zumo de limón.
- Comer ligero.

- Hacer vahos con vapor de agua, cuando hay mucha congestión de nariz.

Bueno, como podréis comprobar no hay un remedio eficaz contra gripes y catarros, más bien pequeños consejos, algunos naturalistas, que ayudarán a que el paso por la gripe sea más rápido y sus síntomas menores, porque como bien se ha explicado arriba, la gripe es un virus, y cada año se manifiesta con mutaciones diferentes, ya existe una vacuna, que evita en gran medida el contagio, pero no efectiva al 100%, y que solo es suministrada a mayores, y otros pacientes en los que explícitamente se la recete su médico de cabecera. Así que si por un casual cogemos una gripe, a tomarla con tranquilidad, y cuidado con los antibióticos, porque pueden jugar en contra nuestra.

Final del artículo.  November 15, 2004.