

Fecha: 23-06-2025
 Medio: El Divisadero
 Supl.: El Divisadero
 Tipo: Noticia general
 Título: ¿El frío provoca enfermedades?: comunes del invierno Médico aclara uno de los mitos más

Pág.: 7
 Cm2: 362,9

Tiraje: 2.600
 Lectoría: 7.800
 Favorabilidad: ☐ No Definida

¿El frío provoca enfermedades?: Médico aclara uno de los mitos más comunes del invierno

Con la llegada del invierno, las temperaturas han comenzado a descender de forma notoria en la zona centro-sur del país. Esta semana, Santiago y Valparaíso vivieron la mañana más fría del año, con termómetros que en la capital estuvieron cerca de alcanzar los 0 °C.

Y como cada año, con el frío reaparece uno de los mitos más arraigados en la cultura popular chilena: “Abrigate, o te vas a resfriar”. Pero ¿qué tan cierto es eso? Andrés Glasinovic, médico de familia y académico de la Facultad de Medicina de la Universidad de los Andes, es enfático: “El frío, por sí solo, no provoca resfríos”.

Según explica el especialista, los verdaderos responsables de las infecciones respiratorias son los virus, que se propagan con mayor facilidad durante los meses fríos. “Las bajas temperaturas crean condiciones más favorables para que los virus circulen, y además pueden disminuir temporalmente la capacidad del sistema inmune en las vías respiratorias, facilitando el contagio”, señala.



De hecho, el último Informe de Circulación de Virus Respiratorios del Instituto de Salud Pública (ISP) confirma este escenario: actualmente predomina el rinovirus (30 %), sobre todo en niños entre 1 y 4 años, seguido por la influenza tipo A (29,2 %) y el virus respiratorio sincicial (15,8 %), este último de especial riesgo en lactantes y adultos mayores.

Entonces, ¿el frío nos enferma? No de forma directa. “No es por salir sin chaqueta o mojarse los pies que uno se contagia. La infección ocurre cuando hay exposición a un virus y, muchas veces, en espacios cerrados poco ventilados”, concluye Glasinovic.

Por eso, más allá del abrigo, lo fundamental en esta época es reforzar las medidas de prevención que fueron relevantes durante la pandemia: lavado frecuente de manos, uso de mascarilla en caso de síntomas, ventilación de ambientes cerrados y evitar el contacto cercano con personas enfermas.



FRIOSUR
 AYSEN PATAGONIA

Productos del mar de Aysén

Encuétranos en:
**General Parra 177,
 Coyhaique**

Escribenos a nuestro
 WhatsApp:
+569 3403 1649