

# Influenza y COVID: cómo diferenciarlas este 2024



Ante el aumento de **infecciones respiratorias** por la temporada de invierno, conoce las principales diferencias entre **COVID-19 e influenza**,

La **Dra. Gloria Aguirre**, infectóloga de [TecSalud](#), señaló que, además, están circulando otras enfermedades, como el **virus como sincitial respiratorio (VSR)** y **rinovirus**, con una tendencia hacia el **ascenso en las últimas semanas**.

*"Si ya enfermaste de alguna infección respiratoria viral, procura ponerte al corriente con las vacunas de COVID e influenza; **el haberse infectado no exenta de reinfección por otras cepas**", advirtió.*

En [CONECTA](#) te presentamos las **principales diferencias** entre COVID e influenza.



/> width="900" loading="lazy">

## ¿Cómo diferenciar COVID e influenza?

La Dra. Aguirre enumeró las principales diferencias entre COVID e influenza.

*"Influenza se puede diferenciar de COVID-19 variante Omicrón, y de otras infecciones que causan resfriado común, como rinovirus y VSR, por ser **síntomas de inicio súbito, fiebre de alto grado, dolor intenso de cuerpo y articulaciones, dolor de cabeza intenso**".*

**El inicio abrupto** es comúnmente de un día para otro, y se presenta **fiebre** es de al menos **38-39 grados**.

*"(Con influenza) se tiene **ataque al estado general**: dolor de cuerpo o cuerpo cortado, dolor de articulaciones, dolor de músculos. Puede dar congestión nasal. Casi no es tan frecuente la tos", dijo.*

La **COVID-19** suele tener un **inicio más paulatino**.

*"(Con COVID-19) un día me duele la garganta y al día siguiente se presenta congestión. Y al día siguiente, ya me siento más débil, y así".*

Dijo que una manera en que se puede **diferenciar ambas enfermedades es la fiebre**.

*"La fiebre suele ser **más común en influenza** y es una **fiebre de más alto grado**. También, se tiene una fatiga mucho más importante. Las personas se quejan mucho de cuerpo cortado".*

Con COVID, la fiebre no es tan alta, y sus síntomas, en general, son:

- Dolor de garganta que provoca sequedad y picor
- Fiebre leve
- Goteo nasal
- Estornudos
- Fatiga de leve a moderada
- Dolor de cabeza

### **Aumentan casos en temporada invernal**

La especialista mencionó que, de acuerdo a los reportes de epidemiología de la Secretaría de Salud, la **tasa de positividad de COVID-19** por PCR en el ámbito nacional se encuentra **en 14 %**.

Sin embargo, a comparación de años previos, los **números de casos son mucho menores**, con un **impacto** significativamente **menor** en las **hospitalizaciones** y **defunciones** por **COVID-19**.

La especialista mencionó que la transmisión de **influenza** y de **virus sincitial respiratorio** ha prevalecido durante las últimas semanas, emparejando números con COVID-19

*"Incluso, el número de hospitalizaciones por neumonía por influenza supera al COVID en esta última temporada 2023-2024".*

La Dra. Aguirre dijo que aunque se han registrado un aumento de casos de infecciones respiratorias virales, **la mayoría no han requerido hospitalización**.

*"En el caso de COVID-19, tanto el **número de casos como de hospitalizaciones ha sido mucho menor** en comparación con años previos.*

*"Comparando con los años prepandemia y durante pandemia, el número de casos de influenza en las últimas 2 temporadas ha sido más alto".*

*"Comparando con los años prepandemia y durante pandemia, el número de casos de influenza en las últimas 2 temporadas ha sido más alto".*

### **Principales cuidados: cubrebocas y vacunas**

La infectóloga invitó al **uso de cubrebocas** y a **vacunarse** como **medidas generales de prevención**.

*"Principalmente, usar mascarilla en lugares cerrados o poco ventilados para evitar la transmisión".*

Sugirió tener el **esquema de vacunación completo** para disminuir el riesgo de complicaciones, como neumonía.

Las vacunas son de COVID, influenza, VSR y neumococo, entre las principales. **Consulta con tu medico para revisar y optimizar tu esquema de vacunas**.

También el mantener una **distancia segura** de los demás, según sea posible y **lavarse las manos** con regularidad con soluciones alcoholadas y/o jabón.

Por último, la especialista encomendó a **hacerse una prueba si tienes síntomas**, o si **estuviste expuesto** a alguien con COVID-19 o gripe.

Por otro lado, la infectóloga advirtió que las **pruebas rápidas para influenza** tienen una **sensibilidad del 50 al 60%**.

*"Si te sale negativa la prueba rápida, no descartes que tengas influenza", señaló.*

*"Si ya enfermaste de alguna infección respiratoria viral, procura ponerte al corriente con las vacunas de COVID e influenza; el haberse infectado no exenta de reinfección".*



/> width="900" loading="lazy">

¿Qué hago si ya me contagié?

- **Procura aislarte entre 5 a 7 días. hasta que desaparezcan los síntomas.**

- **Usa siempre cubrebocas**

- Sigue las indicaciones de tu médico y **evita automedicarte.**

- **Vigila tu oxigenación** con un oxímetro.

La Dra. Aguirre señaló que la mayoría de los casos son en las vías respiratorias altas. Esto, sumado a que gran parte de la población ya recibió alguna vacuna o ya fue infectada, hace que el **pronóstico de los casos sean leves en su mayoría.**

**Busca ayuda médica urgente si...**

- **Se presenta dificultad para respirar**

- **La oxigenación baja de 90 %.**

**LEE ADEMÁS:**