



## Claves para afrontar las enfermedades invernales

- **Sólo en España, cerca de un millón de personas se ven afectadas por la gripe.**
- **Los niños y los enfermos crónicos son los colectivos más vulnerables .**

**Palma de Mallorca, 22 de diciembre de 2016.-** El invierno es una época del año en la que muchas personas sufren dolencias como faringitis, amigdalitis, otitis, bronquitis o gripe. De hecho en España, sólo la gripe afecta cada año cerca de un millón de personas. El frío promueve el desarrollo de un gran número de virus, unos 200, siendo los niños y los enfermos crónicos los colectivos más afectados y con más repercusiones, sea por un sistema inmunitario que aún no ha aprendido a defenderse de las agresiones externas o bien, por un sistema inmune que se encuentra debilitado por la enfermedad.

Si queremos prevenir y/o combatir las enfermedades virales o bacterianas propias del invierno, la clave está en el sistema inmunológico: pilar central de la salud y principal agente protector frente a las agresiones externas. Como apunta la Dra. Reig, médico especialista en microinmunoterapia de Labo'Life - empresa líder mundial en microinmunoterapia- "si nuestro sistema inmune funciona correctamente, estaremos realmente protegidos frente a determinadas enfermedades; sin embargo no siempre es así, ya que hay numerosos factores que influyen y provocan el mal funcionamiento del mismo: desde la alimentación al estrés, pasando por factores ambientales y otros desequilibrios como el estado emocional o el sistema endocrino".

La microinmunoterapia, busca fortalecer el sistema inmunitario manteniendo la capacidad de coordinación, adaptación, autoregulación y recuperación de éste, ayudando así a que su funcionamiento sea óptimo. Para ello, explica la Dra. Reig que el objetivo de los tratamientos de microinmunoterapia, "es enviar al sistema inmunitario el mensaje adecuado para facilitarle el desarrollo de todo su potencial, protegiéndonos de forma eficaz y duradera contra cualquier infección y evitando las recaídas". Asimismo, prosigue la Dra. Reig, "las sustancias activas presentes en las fórmulas de microinmunoterapia, se incluyen en concentraciones similares a las producidas en el organismo humano, con el objeto de ser bien toleradas por éste y que favorezcan el equilibrio."

Los tratamientos de microinmunoterapia, concluye la Dra. Reig, pueden ser integrados en cualquier estrategia terapéutica ya que su objetivo es "transmitir de una forma

secuencial, a través del sistema linfático hacia todo el organismo, mensajes activos capaces de estimular y/o modular la formación de células y sustancias propias de nuestras defensas inmunes. Este hecho hace que tengan igualmente un gran valor preventivo”.

Para evitar, por tanto, que el invierno nos pase factura a través de alguno de los múltiples virus que el frío trae consigo, es importante seguir una serie de pautas:

- Mantener unos **hábitos saludables de vida** como respetar las horas de sueño, practicar ejercicio moderado, seguir una alimentación equilibrada o reducir factores de estrés y ansiedad. De esta forma se mantiene el equilibrio en el organismo y se restablece la salud.
- En el caso de los **más pequeños**, especialmente los bebés, además de seguir las pautas anteriores también es fundamental limpiarse (y limpiarles) las manos con frecuencia, puesto que es el medio por el que muchos virus y bacterias llegan al organismo. También es necesaria una adecuada hidratación para que las células de su organismo funcionen adecuadamente.
- Fortalecer el sistema inmune en la **prevención** de las enfermedades invernales, en especial las personas de riesgo. La microimmunoterapia y su enfoque terapéutico eficaz y no agresivo, posibilita el seguir los tratamientos tanto antes de caer enfermos como durante y después de la enfermedad.
- **En caso de enfermedad**, se pueden complementar los tratamientos farmacológicos convencionales con los medicamentos de microimmunoterapia. La microimmunoterapia es una terapia de inmunomodulación cuyo objetivo es apoyar y reforzar al sistema inmune para hacer frente a éstas y otras enfermedades.

Los medicamentos de microimmunoterapia, aunque no precisan de prescripción facultativa obligatoria, son muy específicos y por eso siempre se debe **consultar previamente a un médico o farmacéutico** formado en este ámbito antes de comenzar su toma.

#### **Enlaces a publicaciones:**

<http://www.que.es/ultimas-noticias/sociedad/201702091507-claves-para-afrontar-enfermedades-invernales.html>