

## Resfriados Comunes

Por James A. Tobey

A pesar de los inmensos progresos realizados en medicina desde los días de Hipócrates, los resfriados y otras enfermedades de las vías respiratorias continúan afligiendo a la humanidad. Causan mayor número de faltas de asistencia en las escuelas, fábricas, etc., que cualquiera otra enfermedad. Posiblemente estos hechos sólo permanezcan ignorados para contadas personas, ya que todas, por regla general, padecen tres catarros al año, como promedio. Es tan serio el problema, que se hacen grandes esfuerzos combinados para encontrar la mejor forma de controlar esos males. Las conclusiones han sido las siguientes:

El factor de resistencia a los catarros radica en la vitalidad del individuo. Los resfriados atacan a personas de cualquiera edad. Los hombres son un poco más susceptibles a ellos que las mujeres. Los catarros pueden ocurrir en cualquiera estación del año. La presencia o ausencia de amígdalas en los niños y adultos, y la estructura de los senos frontales de los individuos, nada tienen que ver con la frecuencia de los resfriados. El fortalecimiento por medio de un ejercicio regular, el hecho de dormir con las ventanas abiertas, los baños fríos o la exposición a los rayos ultravioleta, en nada disminuyen la susceptibilidad a los catarros. Los factores raciales no tienen conexión ninguna con su prevalencia. Los cambios de tiempo, especialmente en el verano, pueden promover la susceptibilidad de algunas personas a los resfriados. Las vacunas son de valor dudoso. Las medicinas de patente y las drogas no sirven