¿Es un resfriado? ¿La gripe? Es simplemente miserable.

¿Es un resfriado? ¿La gripe? ¿O es COVID-19? De cualquier manera, es horrible.

Es viernes por la tarde. Está embarazada, o activamente planificando el embarazo, y se despierta con irritación en la garganta, presión en la nariz y la frente, y secreción nasal. Cree que tiene un resfriado… ¿o es la gripe o el COVID-19? Le ha dejado un mensaje a su proveedor de atención de salud para preguntarle qué hacer y qué medicamento puede tomar. Le preocupa tomar el medicamento equivocado. A medida que pasan las horas, cree que es poco probable que pueda comunicarse con él/ella antes del fin de la jornada laboral. Ahora, le preocupa pasar el fin de semana sin medicación.

¿Qué hacer? Primero, intente determinar si se trata de un resfriado, gripe o COVID-19. Algunos proveedores de atención de salud pueden compartir instrucciones para esta situación y/o dar a sus pacientes embarazadas una lista de medicamentos que aprueban para condiciones médicas comunes. Cuando no se proporciona esta lista, muchas mujeres embarazadas contactan a especialistas de MotherToBaby para obtener ayuda. Aunque los especialistas de MotherToBaby no pueden hacer recomendaciones específicas de medicamentos, podemos proporcionar información sobre la mayoría de los medicamentos basándonos en los estudios y en cómo funcionan los medicamentos.

¿Es un resfriado?

Un resfriado es causado por uno de más de 200 virus. Los resfriados pueden propagarse fácilmente de persona a persona. Los síntomas pueden incluir dolor de garganta, secreción o congestión nasal, estornudos y tos, dolor de cabeza y dolores musculares. Para las mujeres embarazadas sanas, una infección por resfriado no está asociada con un mayor riesgo para ella ni para su bebé en desarrollo. No existe una prueba para el resfriado. Generalmente, los resfriados se tratan con medicamentos de venta libre.

¿Es la gripe?

La influenza, comúnmente llamada “gripe”, es una enfermedad causada por un virus. Los síntomas de la gripe incluyen fiebre (generalmente entre 37.8 °C y 40 °C), escalofríos, tos, dolor de garganta, dolores corporales y cansancio. Las mujeres embarazadas y su embarazo tienen un mayor riesgo asociado a la gripe. Las pruebas para detectar la gripe están disponibles en el consultorio médico y en algunas farmacias. Los medicamentos antivirales son recomendados en mujeres embarazadas incluso si las pruebas no se han completado debido a los riesgos de la gripe.

¿Es COVID-19?

El COVID-19 es causado por el SARS-CoV-2 (virus). Los síntomas de la gripe y del COVID-19 son similares. Los síntomas incluyen fiebre, tos, dificultad para respirar, dolor de garganta, dolores corporales, dolor de cabeza y cambios en el gusto o el olfato. Algunas personas pueden tener síntomas que duran poco tiempo y otras pueden enfermarse gravemente. Las mujeres embarazadas y su embarazo tienen un mayor riesgo con la infección por COVID-19. Las pruebas para el COVID-19 están disponibles sin receta médica. Los medicamentos son recomendados por las organizaciones de salud para las mujeres embarazadas con COVID-19.

Fiebre

En adultos, una fiebre es una temperatura de 38 °C (100.4 °F) o superior. La mayoría de los proveedores de atención de salud recomiendan acetaminofén para tratar la fiebre, el dolor de cabeza y el dolor corporal durante el embarazo. Los estudios sobre el uso de acetaminofén durante el embarazo no han mostrado un mayor riesgo para el bebé en desarrollo cuando se usa según las indicaciones durante un período corto.

Una fiebre alta sin tratar durante el embarazo aumenta la probabilidad de defectos de nacimiento. Una temperatura de 38.3 °C (101 °F) que dura más de 24 horas al principio del embarazo puede aumentar el riesgo de un defecto de nacimiento de la columna vertebral. Puede leer más sobre la fiebre en https://mothertobaby.org/es/hojas-informativas/la-hipertermia/

Tratamientos de venta libre y autocuidado

Las farmacias tienen filas de productos para la tos y el resfriado. Durante el embarazo, es mejor tomar un medicamento libre de alcohol que contenga solo los ingredientes que abordan los síntomas específicos. Por ejemplo, si el único síntoma son los dolores corporales, tomar un medicamento para múltiples síntomas para la congestión, la tos y los dolores corporales significaría exponer innecesariamente a usted y al bebé en desarrollo a medicamentos.

A continuación revisamos algunos tratamientos de venta libre para el resfriado y tratamientos de autocuidado. Las opciones a continuación no cubren todos los tratamientos y no deben considerarse una recomendación. Lo ideal es siempre hablar sobre sus síntomas con su proveedor de atención de salud, porque es quien mejor le conoce y puede tener en cuenta cualquier problema de salud particular que pueda tener.

Medicamentos para la tos

Debido a que muchos jarabes para la tos pueden contener hasta un 10% de alcohol, es importante seleccionar un jarabe para la tos libre de alcohol. Los jarabes para la tos también pueden contener ingredientes para la congestión nasal o el dolor. Si el único problema es la tos, se prefiere tomar el medicamento con menos ingredientes para minimizar la exposición durante el embarazo.

Los caramelos para la tos y las pastillas para el dolor de garganta pueden contener aromatizantes como miel, mentol o anestésicos para adormecer la garganta. No existe ninguna advertencia sobre su uso durante el embarazo para la tos o el dolor de garganta.

La vitamina C y otras vitaminas se toman durante un resfriado o para la prevención del resfriado. Durante el embarazo, se recomienda limitar las vitaminas a las de categoría prenatal, a menos que el proveedor de atención de salud lo recomiende. Las vitaminas, al igual que los medicamentos, cruzan la placenta y exponen al bebé en desarrollo, quien no necesita dosis más altas y en algunos casos podría resultar perjudicado.

Té y miel

La miel y el té caliente pueden ser útiles para aliviar el dolor de garganta causado por la tos y pueden adelgazar el moco para que la tos sea más productiva. No existe ninguna advertencia sobre el consumo de miel en té, tostadas u otros alimentos durante el embarazo. El té de hierbas no tiene cafeína y si se toma como bebida, no hay ninguna

advertencia. El té negro, el té verde y el té blanco pueden tener cafeína. Si se toma té con cafeína, es importante leer la etiqueta para conocer la cantidad de cafeína por taza. Las mujeres embarazadas pueden consumir hasta 200 mg de cafeína por día de todas las fuentes combinadas. Si se bebe té descafeinado, no hay ninguna advertencia para las mujeres embarazadas.

Medicamentos para la congestión nasal

La congestión nasal puede causar sinusitis dolorosa y dificultar el disfrute de la comida y el sueño. Las opciones de descongestionantes nasales de venta libre se dividen en dos categorías: orales (pastillas) o aerosol nasal. Algunos descongestionantes orales son pseudoefedrina y fenilefrina. Los aerosoles nasales pueden contener fenilefrina, oximetazolina, o medicamentos esteroides. Tomar un descongestionante oral significa que su bebé en desarrollo estará expuesto al medicamento. Los aerosoles nasales reducen la probabilidad de exposición para su bebé, dependiendo de la frecuencia de uso y la dosis. Siempre lea las etiquetas y tómelos según las indicaciones.

Congestión nasal: opciones sin medicamento

Irrigación nasal (jeringa de bulbo, botella exprimible o neti pot): Los estudios sobre la irrigación nasal no han demostrado un beneficio comprobado en la duración o gravedad de los resfriados. Sin embargo, algunas personas que han usado la irrigación nasal han reportado sentirse mejor. Para las mujeres embarazadas, la parte más tranquilizadora es que solo usa agua y solución salina, por lo que no hay ningún medicamento involucrado ni exposición durante el embarazo. Es importante usar solo agua hervida previamente, destilada o estéril para la irrigación; y mantener el equipo de irrigación nasal limpio y esterilizado para evitar el riesgo de infección.

Tabletas/vaporizadores de ducha: Las tabletas de vapor para la ducha se han vuelto populares porque pueden ayudar a despejar la nariz congestionada por un corto tiempo. Estas tabletas se colocan en el suelo de la ducha y, cuando el agua caliente llega a la tableta, se disuelve y crea un vapor con efecto de vaporizador. La mayoría de los ingredientes de las tabletas de ducha incluyen carbonato de sodio, bicarbonato de sodio (bicarbonato) y aceites esenciales (como menta, romero, eucalipto y lavanda). No hay estudios sobre el uso de tabletas de ducha durante el embarazo, pero los aceites esenciales se usan en muchas velas, lociones y otros productos para el hogar, por lo que la exposición a estos aceites es común. Con el uso según las indicaciones, no se espera que los ingredientes en las tabletas de ducha aumenten la probabilidad de problemas durante el embarazo.

Humidificadores: Los humidificadores se usan para agregar humedad al aire y proporcionar alivio de la presión sinusal, la piel seca y la garganta. Solo usan agua, por lo que no hay exposición a medicamentos. Es importante mantener los humidificadores limpios para evitar el riesgo de liberar moho y bacterias al aire, lo que podría causar alergias.

Tiras nasales: Las tiras nasales se comercializan para personas que tienen dificultad para dormir debido a los ronquidos, pero también afirman ayudar con la congestión de los resfriados. Aunque no hay estudios que muestren que estos productos ayudan con los resfriados, existe cierta evidencia de que pueden ayudar con los ronquidos al abrir la nariz y ampliar el paso de aire. Las tiras nasales no contienen medicamentos, por lo que no hay preocupación sobre su uso durante el embarazo.

Mantas eléctricas y almohadillas térmicas: Las mantas eléctricas a veces son usadas por personas con escalofríos corporales por tener gripe o resfriado. Las mantas eléctricas producen calor que varía de 30 °C (86 °F) a 50 °C (122 °F), lo que puede ser reconfortante. Sin embargo, existe cierta preocupación sobre el calor del uso de mantas eléctricas al principio del embarazo, ya que eleva la temperatura corporal y aumenta el riesgo de defectos de nacimiento de la columna vertebral. Sin embargo, los estudios sobre el uso de mantas eléctricas durante el embarazo tienen algunas limitaciones y no todos han mostrado problemas en el embarazo. Como los estudios no son concluyentes, las mujeres embarazadas pueden querer evitar el calor más alto para mayor tranquilidad.

Remedios que se deben evitar

Vitamina C y zinc: Cuando sienta que se está resfriando, podría sentirse tentada a tomar vitamina C y zinc. Esto no se recomienda durante el embarazo. Primero, no hay suficiente evidencia de que la vitamina C o el zinc ayuden a prevenir o tratar los resfriados. Segundo, las dosis de vitamina C y zinc en los suplementos para el resfriado son más altas que las dosis recomendadas para las mujeres embarazadas. La dosis recomendada de vitamina C es 80 mg para adolescentes embarazadas y 85 mg por día para adultas embarazadas. La dosis recomendada de zinc es 12 mg para adolescentes embarazadas y 11 mg por día para adultas embarazadas. Si está tomando vitaminas prenatales, es probable que contengan la vitamina C y el zinc que necesita por día.

Medicamentos antiinflamatorios no esteroideos (AINE): Para la mayoría de las mujeres embarazadas sanas, los analgésicos de venta libre como ibuprofeno, naproxeno, y aspirina generalmente no se recomiendan durante el embarazo. Los AINE están asociados con un riesgo de cierre prematuro del conducto arterioso (una afección cardíaca y pulmonar) en el bebé si el medicamento se usa en dosis más altas en la segunda mitad del embarazo. Aunque la aspirina en dosis bajas se recomienda a veces durante el embarazo bajo supervisión médica para tratar o prevenir condiciones médicas específicas, la aspirina de fuerza regular y otros AINE no se recomiendan típicamente para tratar el dolor o la fiebre durante el embarazo.

Productos herbales: Muchos suplementos herbales comercializados para el tratamiento de resfriados y gripe no han sido estudiados durante el embarazo, por lo que no se conocen los posibles riesgos. Además, los beneficios del uso de suplementos herbales no siempre están comprobados. Por ejemplo, la equinácea se ha promovido como remedio para el resfriado, pero una revisión de más de 24 estudios con más de 4,000 participantes no encontró que acortara el número de días del resfriado en comparación con las personas que no la tomaron.

Prevención

La vacunación es clave y la mejor herramienta que tenemos para prevenir la gripe y el COVID-19 o reducir la gravedad de los síntomas en caso de infección. Los estudios que involucran a miles de mujeres embarazadas no han mostrado un mayor riesgo de defectos de nacimiento o complicaciones. MotherToBaby tiene hojas informativas con información sobre la vacuna contra la gripe y la vacuna contra el COVID-19.

Referencias:

Botto LD, Lynberg MC, Erickson JD. (2001). Congenital heart defects, maternal febrile illness, and multivitamin use: A population-based study. Epidemiology. 12:485-90.

Centers for Disease Control and Prevention. (2025). Treating Flu with Antiviral Drugs. Retrieved from https://www.cdc.gov/flu/treatment/antiviral-drugs.html

Centers for Disease Control and Prevention, NIOSH Science Blog, April 9, 2020. Respiratory Protection During Outbreaks. Retrieved from https://blogs.cdc.gov/niosh-science-blog/2020/04/09/masks-v-respirators/

Chambers CD, Johnson KA, Felix RJ, Dick LM, Jones KL. (1997). Hyperthermia in pregnancy: a prospective cohort study. Teratology. 55:45.

Hubner, N-O., Hubner C., Wodny M., Kampf G., Kramer A. (2010). Effectiveness of alcohol-based hand disinfectants in a public administration: Impact on health and work performance related to acute respiratory symptoms and diarrhea. BMC Infectious Diseases. Retrieved from http://www.biomedcentral.com/1471-2334/10/250

Karsch-Völk, M., Barrett B., Kiefer D., et al. (2014). Echinacea for preventing and treating the common cold. The Cochrane Database of Systematic Reviews. 2014(2):CD000530.

Descargo de responsabilidad: las hojas informativas de MotherToBaby están destinadas a fines de información general y no deben reemplazar los consejos de su proveedor de atención médica. MotherToBaby es un servicio de la Organización sin fines de lucro de Especialistas en Información de Teratología (OTIS). Copyright de OTIS, 30 de abril de 2026.

¿Es un resfriado? ¿La gripe? Es simplemente miserable.

Ni siquiera puedo describir lo organizada que fui durante la temporada navideña cuando estaba embarazada de mi primer hijo. Como el embarazo estaba bastante avanzada (5 meses), quería asegurarme de que cada regalo se eligiera con mucha anticipación, sabía cuánto tiempo me llevaría obtener los recortes de alimentos correctos, y si debía enfatizar el rojo o el verde en mi esquema de adornos. Lo que no sabía es que los elementos más importantes de mi lista de tareas para las fiestas no estaban en los estantes de las tiendas ni mezclados con el oropel y el muérdago.

Años después, como especialista en información de teratología de MotherToBaby, me di cuenta de que algunos de los mejores regalos para un embarazo saludable no venían con cintas y lazos, sino con la concientización y la educación. Por ejemplo, ¿sabía que la mesa del buffet navideño podría incluir alimentos que podrían causar daño a un bebé en desarrollo? O, si no se tiene cuidado, ¿decorar la casa podría poner a una mujer embarazada en una situación peligrosa? Hoy animo a las mujeres embarazadas a que dominen los consejos de seguridad esenciales mucho antes de hacer listas de regalos esta temporada. Estos son algunos de mis consejos:

Consejo 1: La importancia de vacunarse. Se recomienda que las mujeres embarazadas se vacunen contra la gripe en cada embarazo y estén al día con la vacuna Tdap y la vacuna contra el COVID-19. Las mujeres que tienen entre 32 y 36 semanas de embarazo son actualmente elegibles para la vacuna contra el VRS (https://mothertobaby.org/es/hojas-informativas/vacuna-contra-el-virus-sincitial-respiratorio-vsr-abrysvo/). Esta vacuna puede brindar protección al bebé en desarrollo, lo que ayuda a bajar la probabilidad de una infección grave por VRS una vez que nazca el bebé. No solo la mujer embarazada debe estar al día con las vacunas, sino que **cualquier**

persona mayor de 6 meses de edad que vaya a estar cerca de un recién nacido debe vacunarse.

Consejo 2. Elija sabiamente en la mesa del buffet. Las bebidas como el ponche de huevo y la sidra especiada pueden contener alcohol (https://mothertobaby.org/es/hojas-informativas/el-alcohol/). Si no está seguro de lo que hay en una bebida, pregúntele al anfitrión. Además, evite los quesos blandos elaborados con leche no pasteurizada, ya que pueden contener bacterias que pueden causar una enfermedad grave en un bebé en desarrollo llamada Listeria (https://mothertobaby.org/es/hojas-informativas/listeriosis/), así como un mayor riesgo de aborto espontáneo, infección uterina, o parto prematuro. Las carnes como las salchichas de cóctel y el paté también pueden contener bacterias. Las carnes deben cocinarse bien para que se eliminen las bacterias.

Consejo 3. El CMV (citomegalovirus) puede estar al acecho. El CMV es un virus común que a menudo no presenta síntomas (https://mothertobaby.org/es/hojas-informativas/citomegalovirus-cmv/). Si una mujer embarazada contrae CMV, el bebé podría tener un mayor riesgo de pérdida de audición (oído), retrasos en el desarrollo o defectos de nacimiento. Para prevenir la infección, las mujeres embarazadas deben lavarse las manos después de cambiar pañales, alimentar a los niños, limpiarles la nariz o manipular los juguetes de los niños. Además, evite compartir alimentos, utensilios, cepillos de dientes y chupetes con los niños.

Consejo 4. Seguridad en la decoración navideña. Algunos árboles artificiales, guirnaldas de luces y adornos pueden contener plomo. Use guantes o lávese las manos después de manipular decoraciones para reducir la exposición. Debido a los cambios en su centro de gravedad, las mujeres embarazadas no deben subirse a las escaleras sino dejar que otros decoren los lugares de difícil acceso.

Consejo 5. Controla la ansiedad y la depresión. Tener unas «felices fiestas» puede significar mucho estrés, especialmente durante el embarazo. La ansiedad https://mothertobaby.org/es/hojas-informativas/ansiedad/ sobre tener las fiestas perfectas es verdad. La depresión https://mothertobaby.org/es/hojas-informativas/la-depresion/ también puede desencadenarse en esta época del año. No dude en pedir ayuda si se siente abrumado con todos los regalos y las actividades navideñas. Manténgase en contacto con sus proveedores de atención de salud porque… ¡hay ayuda disponible!

Espero que estos consejos sean útiles. Si bien mi hijo terminó bien, creo que me habría causado menos estrés y preocupación si hubiera sabido estos consejos durante mi embarazo. Si tiene preguntas, no dude en ponerse en contacto con MotherToBaby por teléfono, mensaje de texto, chat o correo electrónico.

En nombre de todos nosotros en MotherToBaby, ¡le deseamos unas felices y saludables fiestas!

Descargo de responsabilidad: las hojas informativas de MotherToBaby están destinadas a fines de información general y no deben reemplazar los consejos de su proveedor de atención médica. MotherToBaby es un servicio de la Organización sin fines de lucro de Especialistas en Información de Teratología (OTIS). Copyright de OTIS, 30 de abril de 2026.

¿Es un resfriado? ¿La gripe? Es simplemente miserable.

¡Bienvenido, primavera! ¿Alguien dijo flores silvestres? (Aaa…) ¿Arboles? (Aaa…) ? ¿Pasto? (¡Chís!) ¡Ay, caramba! Mientras que muchas personas disfrutan de una energía renovada provocada por el estallido del color de la primavera, otros sienten solo la miseria de las alergias estacionales debido al polen, el moho, y otros desencadenantes de la primavera. Combine los síntomas de alergia estacional con el embarazo, y puede terminar con poco sueño, mucha fatiga, y con una mayor probabilidad de complicaciones respiratorias si tiene asma. Ninguna de estas cosas es buena para usted o su bebé, y mantener los síntomas del asma bajo control es especialmente importante durante el embarazo.

Dale un buen enjuague

Un simple espray nasal salino de venta libre puede enjuagar el polen, el polvo, y otros desencadenantes de alergias de la nariz. No se espera que esta opción resulte en una exposición para el embarazo o que aumente los riesgos del embarazo.

La magia del sueño

Para ayudarlo a dormir mejor, considere usar tiras nasales de venta libre para abrir las fosas nasales por la noche. Use una funda de almohada para reducir el polvo y otros alérgenos. También intente dormir con la cabeza ligeramente elevada para ayudar a drenar los senos paranasales y reducir la inflamación.

¿Sufriendo todavía?

Puede valer la pena platicar con su proveedor de atención de salud sobre los pros y los contras de varios medicamentos para la alergia. Antes de tomar un medicamento de venta libre para tratar sus síntomas, considere esto:

- Con cualquier medicamento, tómese el tiempo para leer la etiqueta. Algunos medicamentos para la alergia comercializados para la tos y el resfriado contienen alcohol, que debe evitarse durante el embarazo. Además, las fórmulas para síntomas múltiples pueden contener medicamentos adicionales que no necesita. Al igual que con cualquier medicamento en el embarazo, use medicamentos para la alergia durante el menor tiempo necesario y siga cuidadosamente las instrucciones de dosificación.
- **Antihistamínicos:** Los antihistamínicos más antiguos como la difenhidramina (vendida bajo el nombre de Benadryl® y otras marcas) y la clorfeniramina pueden causarle sueño, por lo que no son ideales para el uso en el día. Los antihistamínicos más nuevos, como cetirizina (Zyrtec®), fexofenadina (Allegra®) y loratadina (Claritin®), tienen menos probabilidades de causarle somnolencia y no se ha demostrado que aumenten la posibilidad de defectos de nacimiento u otras complicaciones del embarazo cuando se usan según las indicaciones.
- **Gotas para los ojos:** Las gotas para los ojos para la alergia pueden contener antihistamínicos, medicamentos esteroides, u otros ingredientes activos. Las gotas para los ojos resultan en una menor exposición para el embarazo que los medicamentos orales (ingeridos). Sin embargo, algunas gotas para los ojos han sido mejor estudiadas para su uso en el embarazo que otras. Consulte con su proveedor de atención de salud o comuníquese con un especialista de MotherToBaby si tiene preguntas sobre sus específicos gotas para los ojos.
- **Aerosoles nasales con esteroides:** Las opciones de venta libre incluyen budesonida, fluticasona y triamcinolona (puede encontrar los ingredientes activos enumerados en la etiqueta). Algunos estudios anteriores sugirieron que el uso de medicamentos esteroides orales podría aumentar la posibilidad de labio leporino o paladar hendido y afectar el crecimiento del bebé, pero los estudios más recientes no apoyan que esto sea cierto. Además, cuando se usan como se recomienda en la etiqueta, los aerosoles nasales no se

absorben muy bien en el torrente sanguíneo, por lo que hay menos exposición para el embarazo. En comparación con algunos otros ingredientes del aerosol nasal, la fluticasona podría absorberse en mayores cantidades, pero aún no alcanzarían las cantidades observadas con los medicamentos orales. No se han observado mayores riesgos de embarazo específicamente con los aerosoles nasales de esteroides de venta libre.

- **Descongestionantes:** La investigación general no sugiere que el uso de descongestionantes por un corto tiempo aumentaría los riesgos del embarazo. Sin embargo, los descongestionantes funcionan haciendo temporalmente que los vasos sanguíneos se estrechen. Existe la preocupación de que esto podría limitar el suministro de oxígeno a la placenta y al bebé en desarrollo. Algunos proveedores de atención de salud recomiendan evitar los descongestionantes en el primer trimestre y usarlos con precaución en cualquier momento del embarazo. El uso a corto plazo (3 días o menos) de descongestionantes en aerosol nasal resulta en una menor exposición para el embarazo que los descongestionantes orales.
- **Vacunas antialérgicas:** La mayoría de las reacciones a las vacunas antialérgicas (enrojecimiento, hinchazón, picazón) no son peligrosas. Si alguien ya está recibiendo vacunas contra la alergia antes de quedar embarazada, no hay una recomendación general para detenerse durante el embarazo. Sin embargo, existe una pequeña posibilidad de que una persona pueda tener una reacción alérgica potencialmente mortal (anafilaxia) si es nueva en las vacunas contra la alergia o está aumentando su dosis. Por esta razón, no se recomienda comenzar a recibir vacunas contra la alergia por primera vez o aumentar la dosis durante el embarazo.

Si tiene preguntas sobre medicamentos específicos para la alergia durante el embarazo, incluidos los que están disponibles con receta médica, hable con su proveedor de atención de salud o contáctenos en MotherToBaby. ¡Feliz primavera!

Referencias seleccionadas:

Garavello W, et al. Nasal lavage in pregnant women with seasonal allergic rhinitis: A randomized study. International Archives of Allergy and Immunology 2010;151:137.

Joint Task Force on Practice Parameters for Allergy and Immunology. Rhinitis 2020: A practice parameter update. J Allergy Clin Immunol 2020;146(4):721-767.

Seasonal Allergies. American College of Allergy, Asthma & Immunology. Available at: **http://acaai.org/allergies/types/seasonal**. Accessed May 15, 2023.

Descargo de responsabilidad: las hojas informativas de MotherToBaby están destinadas a fines de información general y no deben reemplazar los consejos de su proveedor de atención médica. MotherToBaby es un servicio de la Organización sin fines de lucro de Especialistas en Información de Teratología (OTIS). Copyright de OTIS, 30 de abril de 2026.