



Federación  
de Enseñanza

www.feuso.es

**SALUD LABORAL**

nº 704

**EMERGENCIA  
CORONA  
VIRUS**

**CORONAVIRUS, ALERGIA RESFRIADO, GRIPE...**

## **Claves para diferenciar los síntomas**



***La primavera ya está aquí y con ella llegan los síntomas de la alergia. Los primeros días de primavera suponen siempre un quebradero de cabeza para los pacientes con alergia al polen. Este año, además, a las molestias habituales se une la incertidumbre de si los síntomas que se han desarrollado corresponden a una infección por el COVID-19.***

Nunca un estornudo había provocado tanta sospecha como en estos días, en los que pólenes y coronavirus se disputan la comparecencia en nuestras vidas. La pandemia mantiene en vilo a los más de ocho millones de personas que tienen alergia al polen en España. Aunque la puerta de casa esté cerrada desde hace varias semanas, fuera la naturaleza cumple con su calendario, y sus efectos en las personas con alergia y asma bronquial son similares a los síntomas del coronavirus. Entonces, ¿cómo podemos diferenciar un problema del otro? ¿Pueden confundirse los síntomas?

Hay varias claves que pueden ser útiles para distinguir si estamos ante una alergia u otra afección. Los principales síntomas del COVID-19 son fiebre, dolor de cabeza y fatiga, acompañados de tos seca y sequedad y, en muchos casos, de disnea (dificultad para respirar) y en menor frecuencia de náuseas/vómitos y diarrea. También se cita como síntomas la conjuntivitis en algunos pacientes, así como la anosmia o, lo que es lo

mismo, la pérdida de olfato y, en ocasiones, del gusto. Si la infección progresa y se agrava, aparecerá la sensación de falta de aire.

La alergia provoca molestias a nivel nasal (picor de nariz, estornudos, destilación nasal acuosa y, a veces, congestión nasal). Pero, en general, no se asocia con malestar ni con fiebre. Los síntomas alérgicos son bastante intermitentes, ya que aparecen en el momento de estar al aire libre y en los días de más viento y desaparecen al rato de entrar en casa. Además, los síntomas de la rinitis alérgica suelen remitir con cierta rapidez tras la toma de antihistamínicos tópicos u orales y la presencia de fiebre es nula, salvo que se complique con sinusitis aguda. Eso sí, la presencia de síntomas tanto de Covid-19 como de rinitis alérgica puede indicar la coexistencia de ambas enfermedades.

Los síntomas de alergia también pueden confundirse, a veces, con los del resfriado común. Pero en esos casos, hay que considerar que, al contrario que el pacien-

SÍNTOMAS	COVID-19	ALERGIA	GRIPE	RESFRIADO
<b>FIEBRE</b>	Frecuente	Nunca	Frecuente	Poco frecuente
<b>FATIGA</b>	A veces	No	Frecuente	A veces
<b>TOS</b>	Frecuente (seca)	A veces	Frecuente (seca)	Suave (con flema)
<b>ESTORNUDOS</b>	No	Frecuente	No	Frecuente
<b>DOLOR MUSCULAR</b>	A veces	No	Frecuente	Frecuente
<b>CONGESTIÓN NASAL</b>	Poco frecuente	Frecuente	A veces	Frecuente
<b>DOLOR DE GARGANTA</b>	A veces	No	A veces	Frecuente
<b>DIARREA</b>	Poco frecuente	No	A veces	No
<b>DOLOR DE CABEZA</b>	A veces	A veces	Frecuente	Poco frecuente
<b>DIFICULTAD PARA RESPIRAR</b>	A veces	A veces	No	No
<b>OJOS ROJOS</b>	No	Sí	No	A veces
<b>DURACIÓN</b>	Variable	Semanas	7-10 días	7-10 días

te con alergia, el afectado por resfriado se encuentra igual estando fuera o dentro de casa, no suele desarrollar tampoco el lagrimeo y el picor de nariz y ojos y que puede sufrir febrícula.

### Recomendaciones para un alérgico y asmático con infección leve por COVID-19

Padecer asma provoca que las vías respiratorias sean más susceptibles a las infecciones respiratorias, especialmente las víricas. Esto ocurre porque las infecciones víricas suelen generar mayor inflamación bronquial en la persona asmática que en la no asmática, inducen hiperreactividad bronquial y mayor riesgo de crisis de asma.

Las personas asmáticas sí deben tener mayor precaución porque cualquier infección respiratoria puede desestabilizar su asma. El coronavirus tiene una predilección especial por los pulmones y se podría inducir un mayor grado de inflamación en las vías respiratorias, mayor riesgo de crisis de asma y, posiblemente, mayor gravedad de la infección por el Covid-19.

Por eso, el paciente asmático debe cumplir correctamente y todos los días con el tratamiento prescrito por su médico para mantener el asma controlada. Hacer el tratamiento irregularmente o dejar de tomarlo porque nos encontramos bien puede hacer que la inflamación de los bronquios empiece a descontrolarse, aunque inicialmente el paciente no se dé cuenta de ello. El asma mal controlada de base podría aumentar la susceptibilidad a contraer el coronavirus y, también, una peor evolución de dicha infección respiratoria. Por eso, los alergólogos afirman que los pacientes asmáticos de-

ben seguir un protocolo específico. Cuanto más controlada esté la inflamación de los bronquios en estos pacientes, mejor será su evolución clínica.

Ante las circunstancias actuales, el paciente asmático debe ser más vigilante y disciplinado con las medidas generales de prevención del contagio por coronavirus: lavado frecuente de manos, disminuir las relaciones interpersonales innecesarias, evitar el contacto con las personas que tengan síntomas de infección respiratoria (por leve que sea) y usar mascarilla si precisan frecuentar zonas de mayor riesgo como centros sanitarios o urgencias.

### Recomendaciones

- Lavarse las manos frecuentemente y evitar tocarse los ojos, nariz y boca.
- Evitar ventilar las casas entre las 12 y las 17 horas, pues hay más polen en el aire.
- Es importante seguir los tratamientos prescritos para la alergia y/o asma.
- En caso de estar recibiendo una vacuna inyectada para la alergia, si no se pueden administrar determinadas dosis de vacuna en el centro de salud, hay que contactar con el profesional sanitario de referencia.
- En caso de estar recibiendo una vacuna sublingual para la alergia, se debe continuar administrando del mismo modo.

Fuentes: Ministerio de Sanidad y Sociedad Española de Alergiología

**Imma Badia Camprubí**

**Secretaria de Acción Sindical y Salud Laboral de FEUSO**