

LAS URGENCIAS AUMENTAN HASTA UN 25 % MÁS DE CONSULTAS POR ALERGIAS RESPIRATORIAS EN PRIMAVERA

- **Rinitis, broncoespasmo y opresión torácica concentran la mayor parte de las atenciones durante la temporada alta de polen.**



Con la llegada de la primavera y el aumento de los niveles de polen, los servicios de Urgencias registran cada año un repunte de pacientes con síntomas respiratorios.

Durante los meses de marzo y abril, las consultas por alergias respiratorias aumentan entre un 15 % y un 25 %, coincidiendo con el pico de polinización de gramíneas y olivo.

La Dra. Ana Carolina da Silva, responsable de Urgencias del Hospital Universitario La Luz, advierte que muchas alergias primaverales son leves, pero si no están bien

controladas pueden evolucionar hacia crisis respiratorias que requieren atención urgente.

De la rinitis al broncoespasmo: cuándo la alergia se complica

Los síntomas más habituales en esta época son congestión nasal, rinorrea acuosa, estornudos repetidos y picor nasal u ocular. Sin embargo, lo que más preocupa en Urgencias es la dificultad respiratoria. “Cuando aparece sensación de opresión torácica, tos persistente, sibilancias o falta de aire, especialmente en pacientes asmáticos, estamos ante un cuadro que puede evolucionar rápidamente”, señala la especialista.

Una rinitis alérgica puede complicarse cuando la inflamación afecta a la vía aérea inferior y provoca broncoespasmo. Si el paciente necesita usar con más frecuencia su inhalador de rescate o no mejora con el tratamiento habitual, es fundamental acudir a valoración médica.

La Dra. da Silva insiste en que existen síntomas que obligan a acudir inmediatamente a Urgencias:

- Dificultad respiratoria en reposo
- Opresión torácica intensa
- Sibilancias audibles
- Uso repetido del inhalador sin mejoría

- Dificultad para hablar frases completas
- Mareo, sudoración fría o sensación de desmayo
- Coloración azulada de labios o uñas (en casos graves)

“Cuando la falta de aire interfiere en actividades básicas o aparece en reposo, estamos ante una urgencia”, subraya.

Pacientes de riesgo: asmáticos, niños y mayores
--

Las personas con asma o antecedentes de reacciones alérgicas graves presentan mayor riesgo de sufrir exacerbaciones en primavera. En estos casos, la recomendación es clara: mantener estrictamente el tratamiento de base, revisar el plan de acción antes del inicio de la temporada de polen y llevar siempre la medicación de rescate.

En niños, las crisis pueden evolucionar con mayor rapidez y manifestarse principalmente como tos persistente, incluso sin sibilancias evidentes. En personas mayores, la dificultad respiratoria puede confundirse con patologías cardíacas o pulmonares, retrasando el diagnóstico.

“Ambos grupos son más vulnerables y requieren una vigilancia más estrecha”, apunta la responsable de Urgencias del hospital madrileño.

Según la especialista, uno de los problemas más frecuentes es la automedicación y la tendencia para minimizar los síntomas. “Muchos pacientes retrasan la consulta pensando que ‘solo es alergia’. El problema no es tratarla, sino no reconocer cuándo deja de ser un proceso leve”, advierte.

El uso inadecuado de antihistamínicos o de inhaladores puede favorecer el empeoramiento del cuadro, especialmente cuando existe afectación bronquial.

Para evitar que una alergia primaveral termine en una urgencia respiratoria, los especialistas recomiendan:

- Iniciar o ajustar el tratamiento preventivo antes del pico de polinización
- Consultar los niveles de polen y limitar actividades al aire libre en días de alta concentración
- Ventilar el domicilio a primera hora y evitar hacerlo en las horas centrales del día
- Utilizar gafas de sol o mascarilla en personas muy sensibles
- Mantener higiene nasal con suero fisiológico
- Cumplir estrictamente el tratamiento pautado

“La alergia primaveral no debe banalizarse. Bien controlada es un proceso leve; mal controlada puede convertirse en una urgencia respiratoria”, concluye la Dra. da Silva.