



¿CÓMO DIFERENCIAR ENTRE ALERGIAS Y COVID-19?

Con la temporada de alergias y la pandemia de COVID-19 teniendo lugar al mismo tiempo durante esta primavera, un alergólogo ofrece algunos consejos sobre cómo diferenciar entre una u otra afección. «Esta temporada de alergias de primavera ha sido especialmente desafiante debido a la pandemia de COVID-19, muchos de mis pacientes y muchas personas con alergias pueden tener dificultades para distinguir entre qué es una alergia y cuáles son los síntomas de COVID-19», dijo el doctor Rachna Shah, alergólogo de *Loyola Medicine en Maywood, Illinois (Estados Unidos)*.

Los síntomas típicos de las alergias estacionales incluyen picazón en los ojos, picazón en la nariz, estornudos, secreción nasal y goteo posnasal. Los síntomas de COVID-19 incluyen fiebre, tos seca, dificultad para respirar, fatiga, dolores musculares, diarrea y, a veces, dolor de garganta.

«El gran factor diferenciador entre las alergias y COVID-19 son los síntomas de picazón: picazón en los ojos, picazón en la nariz y estornudos. Si tienes estos síntomas, es muy probable que se deban a alergias ambientales y no al COVID-19», aseguró Shah. **Muchas personas con alergias también sufren de asma.**

«El asma también puede hacerte más susceptible a desarrollar síntomas más graves de COVID-19», apuntó Shah. «Por lo tanto, es realmente importante tener un plan de acción actualizado tanto para tus alergias como para tu asma». Shah señaló que a menudo, «cuando las personas se sienten bien, se vuelven más laxas al seguir sus planes de tratamiento». **Los pacientes deben estar «atentos» a tomar todos sus medicamentos recetados y tener inhaladores y recambios adicionales,** aconsejó Shah.

Para minimizar los síntomas de alergia durante la primavera, trata de evitar los alérgenos. Por ejemplo, mantén las ventanas cerradas y enjuaga o cambia de ropa después de estar fuera. Según Shah, muchas de las restricciones actuales para prevenir la propagación del coronavirus, como quedarse en casa, también pueden ayudar a minimizar los síntomas de alergia y asma en esta época del año.

Vía: ClickISalud