



## **PREGUNTAS FRECUENTES SOBRE LA RELACIÓN DE LAS ENFERMEDADES ALÉRGICAS, EN PARTICULAR LAS DEBIDAS A PÓLENES AMBIENTALES Y LA INFECCIÓN POR CORONAVIRUS**

**16 de marzo de 2020**

### **DOCUMENTO Q&A**

- **¿Existe un riesgo mayor para los pacientes alérgicos de contraer coronavirus?**

Los datos que tenemos por el momento sobre la enfermedad no parecen indicar que ser alérgico conlleve mayor riesgo de contraer la infección por coronavirus. El sistema inmunitario de una persona alérgica funciona como el de una persona no alérgica con respecto a su función de defensa frente a microorganismos.

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.

- **Diferencias entre alergia, catarro e infección por coronavirus**

La diferencia principal está en el tipo de síntomas y su curso.

#### Alergia:

- Los síntomas de la rinitis alérgica son fundamentalmente de picor nasal, muchas veces asociado a picor de ojos, estornudos repetidos, destilación nasal acuosa y, congestión nasal de instrucción más o menos brusca.
- Lo que nos debe hacer sospechar que es alergia, sobre todo si es debida a pólenes, es que los síntomas se recrudecerán cuando el paciente esté al aire libre y, mejorarán notablemente, cuando permanezca en sitios cerrados.
- Además, los síntomas de la rinitis alérgica suelen remitir con cierta rapidez tras la toma de antihistamínicos tópicos u orales. La presencia de fiebre es nula, salvo que se complique con sinusitis aguda.
- En el **asma**, algunos síntomas aislados pueden ser la tos seca y la dificultad para respirar, algo que podría confundirse con los síntomas iniciales de la infección por coronavirus, si bien en el asma tampoco tiene por qué haber fiebre. En esta misma línea, los síntomas del asma suelen revertir fácilmente con el uso del broncodilatador de rescate (salbutamol o terbutalina).

#### Catarro:

- Los síntomas pueden iniciarse como los de una rinitis: con congestión nasal, agülla nasal y, a veces, estornudos. En general, van aumentando en intensidad en el espacio



de 1 a 3 días y el moco evoluciona a espeso, verdoso-amarillento. Se va resolviendo progresivamente en el espacio de 3-4 días más, por lo cual, en más o menos 6-7 días estaría resuelto si no se complicase con sinusitis.

- Si no es un catarro más intenso no suele haber fiebre alta. Puede aparecer febrícula y acompañarse de algo de malestar general.

#### Coronavirus:

- Los datos han demostrado que la sintomatología puede ser leve (similar al de un catarro leve) y más habitualmente con síntomas similares a los de una gripe: fiebre de moderada a intensa, malestar general y abatimiento, tos habitualmente seca, y puede asociar flemas y dificultad para respirar. Los síntomas son progresivos, y desde el inicio de su presentación ya suele asociar la sensación de malestar general, como cuando empezamos con una gripe.
- **¿Son útiles las mascarillas que utilizan los pacientes alérgicos para prevenir la infección por coronavirus?**

Las mascarillas quirúrgicas de papel solo son útiles para impedir que los pacientes infectados por coronavirus diseminen las gotitas respiratorias. Además, estas mascarillas no protegen adecuadamente de la exposición a pólenes, debido a que no proporcionan un sellado adecuado.

Por el contrario, las mascarillas autofiltrantes tipo FFP2 y sobre todo FFP3 protegen tanto de la exposición a pólenes como a virus porque atrapan las partículas con tamaño mayor a 0,3 micras. Además, el uso de mascarillas puede disminuir la exposición a contaminantes químicos como NO<sub>2</sub> y partículas de tamaño PM<sub>10</sub> y PM<sub>2,5</sub>

Las mascarillas autofiltrantes con válvula de exhalación permiten mantenerlas puestas durante un mayor tiempo porque disminuyen el calor y la humedad en el interior. La parte negativa es que no impiden que los pacientes infectados propaguen el virus porque no filtran el aire exhalado.

La mascarilla debería ser usada por toda persona que tenga tos repetida y cuando vaya a estar en presencia de otros para evitar el contagio a otras personas de cualquier tipo de infección respiratoria que pudiera tener.

- **El desabastecimiento de mascarillas, ¿pone en riesgo la vida de los alérgicos?**

La recomendación actual para la población general es permanecer en el interior de las casas el mayor tiempo posible, por lo tanto, los pacientes alérgicos deben cumplir este mandato y salir solo en los casos permitidos y estrictamente necesarios.

El desabastecimiento de mascarillas (si lo hubiera) no debería poner en riesgo la vida de los alérgicos. Estos pacientes deben, además, ser más cumplidores con la educación sanitaria y estar pendiente de los recuentos de pólenes ([www.polenes.com](http://www.polenes.com)) para evitar salidas al aire libre los días de concentraciones moderadas a elevadas de los pólenes a los que son alérgicos.



Por otro lado, la mayor utilización de las mascarillas como prevención del contagio del coronavirus va a tener como efecto beneficioso la reducción de la exposición de los pacientes alérgicos a los pólenes y como consecuencia una reducción de los síntomas alérgicos.

- **¿Cómo afecta el covid-19 a los pacientes asmáticos?**

Ser asmático hace 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, induciendo hiperreactividad bronquial y mayor riesgo de crisis de asma.

Por otro lado, el asma mal controlada de base podría aumentar la susceptibilidad a una infección respiratoria vírica (incluyendo el coronavirus) y también una peor evolución de dicha infección respiratoria.

- **Los pacientes asmáticos, ¿deben seguir algún protocolo especial?**

Sí, por supuesto. Lo primero y principal, y con esta alerta sanitaria debemos ser todavía más insistentes de lo que lo somos habitualmente, **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. Esa leve inflamación puede motivar que los bronquios sean más susceptibles a las infecciones respiratorias.

Además, en 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 precisasen frecuentar zonas de mayor riesgo como centros sanitarios o urgencias.

- **¿Cómo afecta el covid-19 a los niños alérgicos?**

Los datos epidemiológicos están demostrando que el COVID-19 afecta levemente a la población infantil en cuanto a intensidad de la infección. Esto no quiere decir que se infecten menos, se infectan igual que los adultos, pero en ellos **la infección pasa asintomática o con escasos síntomas en la inmensa mayoría de los casos**. Por eso, **son unos excelentes vectores del virus**.

**Los niños alérgicos no tienen un mayor riesgo de padecer una manifestación más grave de la infección por coronavirus y tienen el mismo riesgo de contagiarse que otros niños no alérgicos**. Sin embargo, volvemos a incidir, al igual que en la población adulta, en la necesidad de cumplir de forma regular con los tratamientos para el asma en aquellos que lo padezcan y en consultar cuanto antes con su alergólogo en caso de síntomas de desestabilización del asma.

- **Los niños alérgicos, ¿deben seguir algún protocolo especial?**



Los niños alérgicos no tienen que seguir protocolos distintos a los de la población general adulta con respecto a las medidas generales de la prevención del contagio. Es responsabilidad de los padres, tutores y otras personas adultas allegadas, hacer comprender a los niños y niñas la gravedad de esta pandemia y transmitir que ellos también forman parte de la solución más rápida y eficaz de la misma, siendo cumplidores con lo que los mayores les decimos.

- **¿Beneficia a los pacientes alérgicos (polínicos) no salir de casa estos días?**

Por supuesto. La recomendación de permanecer el mayor tiempo posible en casa va a hacer que se reduzca notablemente la exposición a pólenes en las personas alérgicas y esto va a beneficiar notablemente al control de sus síntomas.

Se observará también que necesitan usar menos medicación para la alergia, pero insistimos en ser cumplidores con su medicación para el asma.

Además, esto hay que completarlo con las medidas para reducir los niveles de pólenes en el interior de los domicilios:

- No se deben ventilar las casas entre las 12 y las 17 horas porque son las horas con mayor cantidad de pólenes en la atmósfera, debido al aumento de luz y temperatura.
- La utilización de purificadores de aire en los domicilios también puede contribuir a la disminución de la exposición a los pólenes en el interior.

Las restricciones en la movilidad también reducirán la contaminación producida por la expulsión de diésel de los vehículos y la disminución de otros humos industriales que pueden agravar los síntomas en las grandes ciudades.

- **¿Qué recomendaciones deben seguir los pacientes alérgicos para prevenir el contagio del covid-19?**

Exactamente las mismas que las de cualquier persona no alérgica de la población general (<https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/ciudadania.htm>), con algunas particularidades:

- Extremar las medidas de higiene personal, lavado de manos frecuente, especialmente antes de comer cualquier cosa;
- Evitar, en la medida de lo posible, tocarse la nariz y los ojos; dado que los alérgicos tendrán síntomas de picor de nariz u ojos con más frecuencia, hacer uso de colirios y sprays nasales de suero fisiológico o soluciones salinas para el lavado de mucosas y también de antihistamínicos tópicos para el alivio del picor.
- Evitar el contacto físico interpersonal (besos, apretones de manos, abrazo, etc.)
- Taparse la boca con un pañuelo desechable o en su defecto con el codo o el antebrazo si se tose o estornuda.
- Taparse con la nariz y boca con mascarilla si se tiene tos o síntomas de infección respiratoria.
- Evitar reuniones innecesarias, asistencia a lugares concurridos, etc.



En caso de que estén recibiendo una vacuna inyectada para la alergia, la recomendación es que sigan la política establecida por las Administraciones Sanitarias regionales de sus localidades con respecto a asistencia a centros de salud y, en el caso de asistencia privada, del centro médico al que suelen ir a vacunarse.

En caso de que no pudieran administrarse determinadas dosis de vacunas, deberán ponerse en contacto con sus alergólogos para ver de qué manera retoman su vacuna.

El paciente alérgico que esté recibiendo una vacuna sublingual, puede y debe seguir administrándosela al igual que en circunstancias normales.

- **¿Cómo afecta el covid-19 a los pacientes inmunodeficientes?**

Existen muchos tipos de inmunodeficiencias y en función del tipo se puede ser más susceptible a la infección por determinados microorganismos. Las recomendaciones son generales para cualquier tipo de inmunodepresión.

- **Los pacientes inmunodeficientes, ¿deben seguir algún protocolo especial?**

Además de las recomendaciones generales de toda la población, recomendaciones obvias y que todos los afectados de IDPs ya están cumpliendo a rajatabla, los pacientes inmunodeficientes deben, además seguir las recomendaciones que ya emitimos recientemente en una nota de prensa (Coronavirus e Inmunodeficiencias Primarias 09/03/2020, en <https://www.seaic.org/inicio/prensa/>