

AQUESTA SERÀ UNA PRIMAVERA INTENSA PELS AL·LÈRGICS MALGRAT LA MASCARETA

17 abril, 2021

Així ho anuncien els experts. Un hivern amb temperatures suaus, major humitat i intenses pluges donaran lloc a una primavera intensa pels al·lèrgics, malgrat que utilitzem la mascareta, que a més de prevenir la Covid-19 també està tenint beneficis enfront de certes al·lèrgies perquè no deixen passar les partícules a les vies respiratòries.

Recordem que les al·lèrgies estacionals de primavera han de ser tingudes molt en compte per aquells futbolistes i esportistes en general a l'hora de prevenir les típiques molèsties com a rinitis, picada d'ulls, esternuts i fins i tot asma al·lèrgica.

En primavera es pol·linitzen d'una forma important, i a vegades de forma explosiva els pol·lens de plantes, com la parietària o les gramínies, i arbres, com l'oliver, el plàtan o el xiprer. Aquest a l'haver tingut un hivern més càlid i amb pluges i neus. Les plantes han augmentat el seu pol·len afectant majorment als al·lèrgics. Els pacients afectats d'al·lèrgia o àcars del pols també pateixen una major crisi de simptomatologia al·lèrgica per l'augment de la humitat, que

propicia en aquests mesos que els àcars estiguin presents en major proporció en el nostre ambient.

Les al·lèrgies afecten el 30 % de la població espanyola i al 25% del món. A aquesta patologia també afecta el canvi climàtic, les partícules dièsel dels combustibles i la falta de pluges dels darrers anys han provocat que els pòl·lens siguin més agressius, creant símptomes bronquials i de major magnitud.

El problema de practicar el futbol per aquesta simptomatologia és que es fa a l'aire lliure. Si això li afegint els dies devent tindrem problemes i haurem de prevenir-nos d'antihistamínics, gotes pels ulls o per la rinitis i si calen nebulitzadors.

Pocs canvis per l'ús de la mascareta

En aquest tipus d'al·lèrgies, l'ús de la mascareta limita l'exposició a l'exterior reduint els símptomes respiratoris, però segueix afectant els ulls, que poden presentar picor, enroigiment o llagrimeig, perquè continuen estant exposats a l'exterior. Així que la mascareta alguna cosa frena el pol·len però no totalment. Però recordem que no tothom porta la mascareta ben ajustada, tan important per evitar els contagis de la Covid-19, i a més del pol·len.

Evidentment en espais interiors, i sense mascareta, els àcars ens atacaran com fan cada any.

Saber distingir al·lèrgia amb la Covid-19

Principalment, un pacient amb al·lèrgia respiratòria no desenvolupa febre durant el seu quadre al·lèrgic, excepte quan el quadre es complica amb una infecció viral o bacteriana, i el pacient sol millorar segons disminueix la seva exposició als al·lèrgens, contrari al que passaria amb una infecció Covid-19.

El mateix passa amb els símptomes respiratoris, que disminueixen en limitar el contacte amb l'al·lèrgen o amb medicament com antihistamínics o corticoides, sempre sota l'administració i supervisió d'un especialista.