

Preguntas y Respuestas sobre COVID 19 y Alergias de Temporada

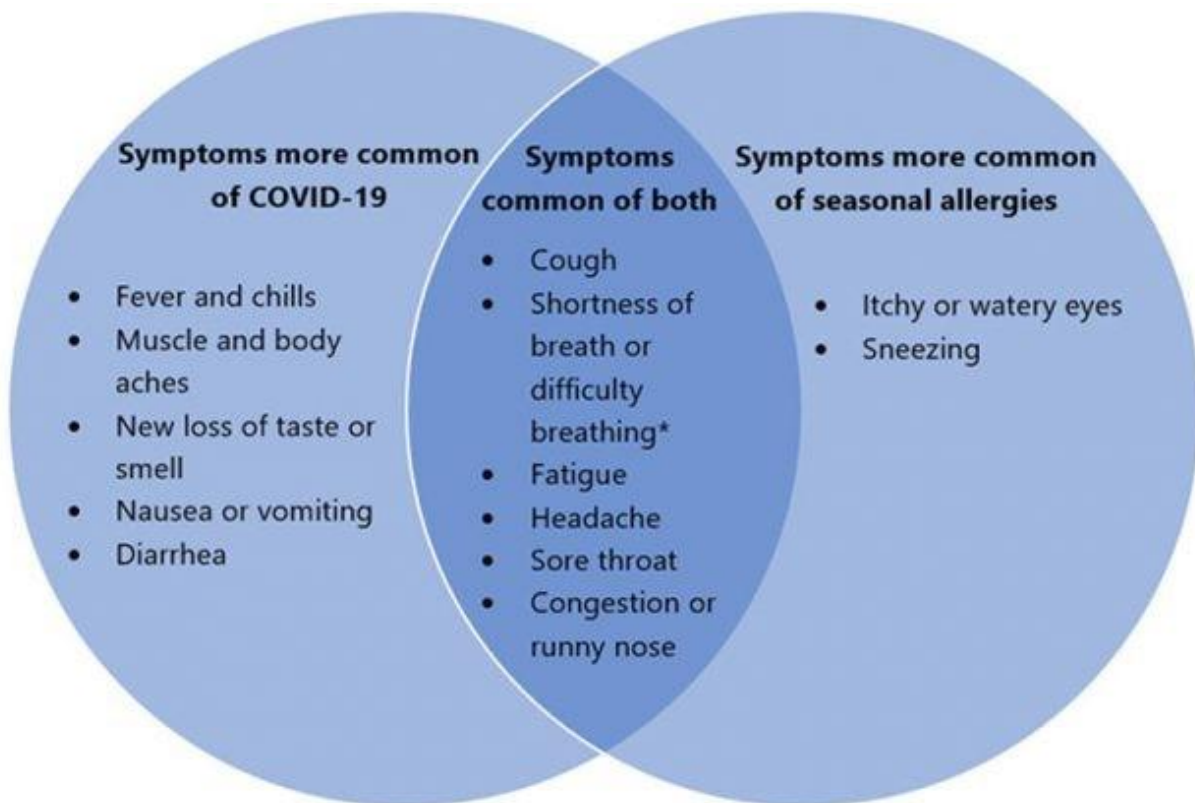
Personas con Alergias de temporadas

¿Cuál es la diferencia entre las alergias de temporada y COVID 19?

COVID-19 es una enfermedad respiratoria contagiosa causada por la infección con un nuevo coronavirus (llamado SARS-CoV-2, el virus que causa COVID-19). Las alergias de temporada provocadas por el polen en el aire pueden provocar alergias de temporada rinitis, que afecta la nariz y los sinuses/senos nasales, y alergias de temporada conjuntivitis, que afecta los ojos.

El COVID-19 y las alergias estacionales comparten muchos síntomas, pero existen algunas diferencias claves entre los dos. Por ejemplo, COVID-19 puede causar fiebre, que no es un síntoma común de las alergias de temporada. La siguiente imagen compara los síntomas causados por alergias y COVID-19.

Debido a que algunos de los síntomas del COVID-19 y las alergias de temporada son similares, puede ser difícil diferenciarlos y es posible que deba hacerse una prueba para confirmar su diagnóstico.



Versión 508 - Version en Espanol a continuación

***Síntomas Comunes de COVID-19**

-Fiebre y Escalofríos
-Dolores musculares o del cuerpo
-Pérdida de olfato o del gusto
-Náuseas o vómitos
-Diarrea

Síntomas Comunes de Ambos

-Tos
-Dificultad para respirar o falta de aliento
-Fatiga
-Dolor de Cabeza
-Dolor de garganta
-Congestión o goteo nasal

Síntomas más Comunes de Alergias Temporales

-Picazón en los ojos
-Ojos Llorosos
-Estornudos

** Las alergias de temporada no suelen causar falta de aire o dificultad para respirar, a menos que una persona tenga una condición respiratoria, como asma, que puede desencadenarse por la exposición al polen.*

Esta no es una lista completa de todos los posibles síntomas de COVID-19 o alergias de temporada. Los síntomas varían de una persona a otra y van de niveles moderados a graves. Puede tener síntomas tanto de COVID-19 como de alergias de temporada al mismo tiempo.

Si cree que tiene COVID-19, siga la guía del CDC siguiente ["Qué hacer si está enfermo"](#). Si tiene [una señal de advertencia de emergencia](#) (incluida la dificultad para respirar), busque atención médica de emergencia de inmediato.

Obtenga más información sobre [los síntomas del COVID-19](#), o más información sobre [los síntomas de la alergia estacional](#).

¿Tener alergias de temporada aumenta mi riesgo de contraer COVID-19 o de tener síntomas más graves si contraigo COVID-19?

No hay suficiente información científica en este momento para saber si tener alergias de temporada lo pone en mayor riesgo de contraer COVID-19 o de tener síntomas más severos si contrae COVID-19. Sabemos que los adultos mayores y las personas que tienen afecciones médicas subyacentes graves como obesidad, diabetes o enfermedades cardíacas o pulmonares tienen un mayor riesgo de desarrollar complicaciones más graves cuando tienen COVID-19. Obtenga más información sobre las personas con [alto riesgo de COVID-19 grave](#).

¿Estaré protegido de las alergias de temporada si uso una mascarilla?

Los CDC recomiendan usar [máscaras](#) para retrasar la propagación de COVID-19. Todos deben usar una máscara que cubra a menos que sean menores de 2 años, tengan problemas respiratorios o estén inconscientes o incapacitados y necesiten ayuda para quitarse la máscara. Las mascarillas también ofrecen cierta protección contra las alergias estacionales porque pueden evitar que se inhalen algunas partículas más grandes. Sin embargo, si tiene alergias de temporada, las mascarillas no deben ser su única protección contra la exposición al polen porque las partículas más pequeñas aún pueden atravesar la cubierta y ser inhaladas.

Lave sus mascarillas después de cada uso, especialmente si sufre de alergias de temporada, porque la cubierta puede contener partículas como polen. Consulte la información sobre cómo [lavar las mascarillas](#).

¿Cómo puedo protegerme de las alergias de temporada?

La mejor manera de protegerse contra las alergias estacionales es reducir su exposición al polen. Durante los días de alto polen:

- Limite su tiempo al aire libre y busque espacios interiores con aire limpio.
- Cree un espacio de aire más limpio en casa para protegerse de los irritantes del aire exterior durante la pandemia de COVID-19. Use un filtro de aire portátil en una o más habitaciones. Los filtros de aire portátiles funcionan mejor cuando funcionan continuamente con las puertas y ventanas cerradas. [Las ventilador de caja de bricolaje](#) unidades de filtración que son una alternativa de filtración de bajo costo, pero nunca deben dejarse desatendidas.
- Mantenga su espacio de aire más limpio a una temperatura agradable mediante el uso de acondicionadores de aire, bombas de calor, ventiladores y persianas.
- Si tiene un sistema de aire forzado en su hogar, consulte a un profesional calificado en calefacción, ventilación y aire acondicionado (HVAC) acerca de los diferentes filtros (HEPA o MERV-13 o superior) y configuraciones ("Recircular" y "Encendido" en lugar de "Auto") que se puede utilizar para reducir los irritantes del aire interior.

- Si está al aire libre, evite las actividades que agitan el polen, como cortar el césped o rastrillar las hojas. Cuando regrese al interior, báñese y cámbiese de ropa.

El sitio web de la EPA sobre el [aire interior y COVID-19](#) y la [Guía deEPA sobre limpiadores de aire en el hogar](#) proporcionan información adicional sobre mejorar la calidad del aire interior. También puede averiguar los niveles diarios de polen en su área consultando los pronósticos meteorológicos locales y [las estaciones de conteo de polen](#). Obtenga más información sobre cómo [reducir su exposición a los desencadenantes respiratorios](#).

Información obtenida de cdc.gov:

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/faq.html#People-with-Seasonal-Allergies>