

Entre abril y junio, máxima incidencia de las alergias

# Aires de peligro

J. M. M.

**Cada año, al llegar la primavera, las plantas lanzan sus pólenes al aire y miles de alérgicos sienten sus efectos. Lagrimeo, estornudos, toses, malestar general, reducción de la capacidad de concentración y del rendimiento son algunos de los síntomas. Bajo control médico, la alergia apenas afecta a la conducción; pero si los medicamentos se toman sin control médico o mezclados con alcohol u otras medicinas pueden llevarnos al accidente.**

**D**e abril a junio son los meses de mayor incidencia de las molestias alérgicas. "aunque depende de las lluvias, de la climatología" explica la doctora Consuelo Martínez, Presidenta electa de la Sociedad Española de Alergología. Este año, con la cantidad de lluvia que ha caído en España, ya a principios de marzo había personas con síntomas de alergia. "Es difícil saber qué va a pasar con el tiempo hasta mayo, pero parece que seguirá habiendo altos

índices de pólenes en el aire", anuncia Consuelo Martínez.

Las alergias afectan relativamente a la capacidad de conducción. Suelen producir rinitis, conjuntivitis, es-

tornudos (a veces se encadenan hasta 20 seguidos), fatiga, un mayor deterioro del estado general y una disminución en el rendimiento y capacidad de concentración. Está claro que esto empeora la capacidad para conducir; especialmente las crisis de estornudos, ya que durante un estornudo de 1 segundo de duración, un coche que circule a 90 km/h recorre, sin que el conductor esté en esta tarea, del orden de 25 metros. Y una serie de quince o veinte estornudos...

Estos síntomas se palían con tratamientos médicos.

Los antihistamínicos más modernos ya no producen sueño, pero pueden producir efectos adversos mezclados con alcohol o con otras medicinas. En cualquier caso, siempre es recomendable advertirle al médico, cuando va a recetar un tratamiento, que somos conductores habituales, para que lo tenga en cuenta y evite medicamentos de efectos adversos para la conducción.

Por último, un aviso contra la automedicación. Lo que a un amigo le fue bien, no tiene por qué ser adecuado para nuestra alergia (en cada caso se es alérgico a una determinada sustancia) y puede producir efectos totalmente adversos en la conducción. También puede ser peligroso tomar otros medicamentos para enfermedades leves que, al asociarse con los antialérgicos, podrían producir problemas a la hora de ponerse al volante. ♦

## Consejos al volante

- ✓ No abra las ventanillas.
- ✓ No ponga muy fuerte el aire acondicionado.
- ✓ Mantenga limpios los conductos de ventilación.
- ✓ No conduzca si toma algún antihistamínico que produzca sueño.
- ✓ Si toma medicación, no beba alcohol.
- ✓ Si tiene que viajar mientras está en tratamiento, consulte a su médico: quizás pueda variar su medicación o retrasar una toma.

## EFFECTOS DE LOS ANTIHISTAMÍNICOS EN LA CONDUCCIÓN

Los fármacos antialérgicos mezclados incluso con pequeñas cantidades de alcohol, pueden deteriorar la conducción.



\* Efectos sobre la capacidad de conducir vehiculos

|                                   |   |   |  |                              |                            |   | * EFECTO |          |
|-----------------------------------|---|---|--|------------------------------|----------------------------|---|----------|----------|
|                                   |   |   |  |                              |                            |   |          | AUSENTE  |
|                                   |   |   |  |                              |                            |   |          | DÉBIL    |
|                                   |   |   |  |                              |                            |   |          | MODERADO |
|                                   |   |   |  |                              |                            |   |          | FUERTE   |
|                                   |   |   |  |                              |                            |   |          |          |
| <b>DIFENHIDRAMINA</b><br>Benadryl | <b>LORATADINA</b><br>Civeran<br>Claritine<br>Optimin<br>Velodan | <b>ASTEMIZOL</b><br>Hismanal<br>Simprox<br>Retolen<br>Alermizol | <b>CETIRIZINA</b><br>Alerlisin<br>Zyrtec |                              |                            |   |          |          |
|                                   |   |   |  |                              |                            |   |          |          |
| <b>AZATADINA</b><br>Lergocil      | <b>CLEMASTINA</b><br>Tavegil                                    | <b>PROMETAZINA</b><br>Frinova                                   | <b>TRIPROLIDINA</b><br>Proactidil        | <b>AZELASTINA</b><br>Aflunon | <b>EBASTINA</b><br>Ebastel | <b>TERFENADINA</b><br>Triludan<br>Rapidal |          |          |