

Málaga, 24 de marzo de 2026

Las alergias a gramíneas y olivo se agravarán esta primavera

Los especialistas de HM Hospitales recomiendan iniciar el tratamiento desde los primeros síntomas ante el aumento del polen

- La combinación de precipitaciones acumuladas y el aumento progresivo de las temperaturas favorece una mayor producción de polen respecto a otros años, según la Sociedad Española de Alergología e Inmunología Clínica (SEAIC)
- El jefe del Servicio de Alergología de HM Hospitales en Málaga, el Dr. Jaime García, aconseja revisar el tratamiento sintomático pautado y extremar las medidas de prevención ante las previsiones para esta primavera

Las alergias respiratorias serán más intensas de lo habitual esta primavera. Desde HM Hospitales, y tras la publicación del informe anual de la Sociedad Española de Alergología e Inmunología Clínica (SEAIC), que confirma un previsible aumento de los niveles de polen, se recomienda a los pacientes que inicien sus tratamientos desde los primeros síntomas, siempre siguiendo el consejo profesional.

Las abundantes lluvias registradas durante el invierno, junto al aumento progresivo de las temperaturas, anticipan una primavera especialmente intensa para los alérgicos al polen. En Andalucía, se prevén niveles superiores a la media, especialmente de gramíneas y olivo.

En este contexto, el jefe del Servicio de Alergología de HM Hospitales en Málaga, el Dr. Jaime García, explica que, “aunque las lluvias han podido retrasar el inicio de la polinización, lo más probable es que se produzca una liberación más concentrada en el tiempo, lo que puede traducirse en síntomas más intensos”.

Las alergias más relevantes en Málaga durante estos meses son en orden cronológico las debidas a polen de ciprés, polen de gramíneas y polen de olivo, siendo este último la principal causa de enfermedad respiratoria alérgica. Estos alérgenos pueden provocar síntomas de rinoconjuntivitis como mucosidad, picor

naso-ocular, estornudos y congestión, así como síntomas bronquiales, como tos, ahogo y pitidos, propios del asma alérgico.

Por esta razón, adelantarse a los síntomas es clave este año. El Dr. García insiste en la importancia de la prevención precoz: “Recomendamos a los pacientes iniciar el tratamiento tan pronto como aparezcan los síntomas, ya que este año la intensidad puede ser mayor y más concentrada. Además, es conveniente que consulten los niveles diarios de polen y limiten la exposición en los días críticos, limitando las actividades al aire libre en las horas de máxima concentración”.

Mantener las ventanas cerradas, utilizar gafas de sol y mascarilla, son algunas de las acciones también recomendadas por la SEAIC, junto a los lavados nasales tras la exposición exterior.

Ante la llegada de la primavera, desde HM Hospitales se recuerda que el control de las alergias requiere un enfoque individualizado y seguimiento médico. En una provincia como Málaga, con alta exposición a pólenes, el diagnóstico precoz y la planificación del tratamiento son fundamentales para reducir el impacto: “Un correcto abordaje permite controlar mejor los síntomas y evitar complicaciones, especialmente en pacientes con asma, y sobre todo el mejor tratamiento es la vacunación o inmunoterapia”, concluye el alergólogo.

HM Hospitales

HM Hospitales cuenta en la provincia de Málaga con 3 hospitales: HM Málaga, HM Gálvez y HM Santa Elena, éste último con una clara orientación internacional; y el Policlínico HM El Palo.

La red asistencial de HM Hospitales ofrece una atención médica integral y coordinada en sus centros hospitalarios de la provincia, así como en el resto de la red del Grupo en España, formada por 55 centros asistenciales: 24 hospitales, 3 centros integrales de alta especialización en oncología, cardiología, neurociencias, 5 centros especializados en medicina de la reproducción, salud ocular, salud bucodental, medicina estética y cirugía plástica y prevención precoz personalizada, además de 23 policlínicos.

Fundamenta su estrategia en ofrecer la mejor calidad asistencial posible al paciente, mediante la incorporación de tecnología de vanguardia y la promoción de la investigación y la docencia.

Cuenta con más de 900 profesionales en la provincia que garantizan un servicio sanitario de calidad, proporcionando a los pacientes los últimos avances diagnósticos y terapéuticos, gracias a una amplia cartera de servicios formada por la mayoría de las especialidades médicas y quirúrgicas, coordinadas entre sí, y lideradas por facultativos de reconocida experiencia.