LAMUTUAL
Asociación Mutualista de Empleados del Banco de la Provincia de Buenos Aires

ALERGIAS

SÍNTOMAS Y PREVENCIÓN

¿CÓMO RECONOCERLAS?

LAS ALERGIAS ESTACIONALES PUEDEN MANIFESTARSE A TRAVÉS DE:

- ESTORNUDOS FRECUENTES.
- CONGESTIÓN O SECRECIÓN NASAL.
- PICAZÓN EN OJOS, NARIZ O GARGANTA.
- OJOS LLOROSOS O ENROJECIDOS.

A DIFERENCIA DE UN RESFRÍO, GENERALMENTE NO PROVOCAN FIEBRE.

PEQUEÑOS HÁBITOS QUE AYUDAN

ALGUNAS MEDIDAS PUEDEN REDUCIR LA EXPOSICIÓN A LOS ALÉRGENOS:

- EVITÁ LAS ACTIVIDADES AL AIRE LIBRE CUANDO LOS NIVELES DE POLEN SEAN ELEVADOS.
- VENTILÁ LOS AMBIENTES EN HORARIOS DE MENOR CONCENTRACIÓN DE POLEN.
- CAMBIATE DE ROPA AL REGRESAR A CASA.
- MANTENÉ LOS ESPACIOS LIMPIOS Y LIBRES DE POLVO.

TU BIENESTAR ES LO PRIMERO

SI LOS SÍNTOMAS SON FRECUENTES O AFECTAN TU CALIDAD DE VIDA, CONSULTÁ CON UN PROFESIONAL DE LA SALUD.

UN DIAGNÓSTICO ADECUADO PERMITE IDENTIFICAR LOS DESENCADENANTES Y ENCONTRAR EL TRATAMIENTO MÁS INDICADO.

CUIDARTE TAMBIÉN ES PREVENIR.



SEGUINOS EN NUESTRAS REDES SOCIALES

amebpbaoficial

LaMutualOficial