

Las 5 patologías que más se benefician de la e-Salud en verano

Según el estudio "Cigna 360 Wellbeing", un 55% de la población todavía no ha hecho uso de la tecnología e-Health, a pesar de que ya es el presente. Las intoxicaciones alimentarias, las enfermedades cutáneas, las picaduras de insectos, otitis y cistitis son las patologías que más aumentan durante la época estival. El uso de consultas a distancia permite aliviar la carga asistencial de centros médicos y hospitales, así como ofrecer una atención más eficiente con el aumento de desplazamientos

El verano es uno de los momentos más esperados del año para disfrutar de unos días de descanso y desconexión. Para cuidar de la salud, también durante los meses estivales, es necesario poner especial atención a varias patologías que son mucho más frecuentes como consecuencia de la subida de temperaturas. Las intoxicaciones alimentarias, las enfermedades cutáneas, las picaduras de insectos o las infecciones de oído y de orina son mucho más habituales durante esta época y son afecciones normalmente leves, que pueden beneficiarse de un tratamiento a distancia gracias a la e-health.

En este sentido, uno de los grandes beneficios que aporta el uso de la telemedicina es el tratamiento y seguimiento de ciertas patologías desde cualquier lugar y en cualquier momento. El aumento de los desplazamientos con motivo de las vacaciones hace necesario el uso de dispositivos que permitan acceder al especialista cuando el paciente lo necesite, sobre todo, para poder viajar de manera segura y tranquila. Al mismo tiempo, muchos profesionales sanitarios también aprovechan estos meses para descansar, por lo que es probable que las consultas estén bajo mínimos y tengan más riesgo de saturación y colapso con algunas dolencias que pueden ser fácilmente tratadas a distancia.

Para Elena Luengo, Clinical & Medical Innovation Manager de Cigna España “la telemedicina complementa a la perfección el sistema presencial de salud. Ciertos procesos, como la prescripción de medicamentos o el seguimiento de enfermedades crónicas, se han visto agilizados gracias al uso de la consulta online. En Cigna una de nuestras principales apuestas son las soluciones que brinda la telemedicina en materia de prevención, promoción de la salud, seguimiento de casos clínicos y empoderamiento del paciente. El verano puede ser el momento perfecto para hacer uso de estas ventajas y gestionar nuestra salud desde cualquier lugar.”

Para ello Cigna, la aseguradora de salud, destaca el uso complementario de la medicina a distancia especialmente en las cinco patologías más frecuentes que tienen lugar durante los meses de verano:

Alergias y picaduras: con el calor, prolifera la aparición de avispas, chinches, garrapatas, arañas... y esto suele ser un motivo diario en las consultas de atención primaria. A no ser que se trate de una alergia grave, que requiera hospitalización, este tipo de sucesos pueden ser tratados a través de una consulta a distancia, ya sea por videollamada o por teléfono, para que el médico pueda recetar una crema antihistamínica que calme y alivie la sensación de picor, o bien que indique el procedimiento a

seguir para tratar la herida. Lo mismo ocurre con las picaduras de medusas. En la mayoría de los casos no es necesario desplazarse al centro de salud, ya que es un hecho que no requiere de diagnóstico o de examen médico.

Infecciones de orina: el problema de las cistitis bacterianas suele afectar a más mujeres que hombres y, además, suele agudizarse en verano. La humedad, el calor o llevar el bañador mojado durante mucho tiempo son la tormenta perfecta para desarrollar esta infección. Cada vez es más normal que los médicos, con el fin de agilizar el proceso, realicen una consulta telefónica para considerar los síntomas, la gravedad de la situación y la realización de un cultivo. Si el paciente tiene un historial médico con cistitis recurrentes es posible que prescriba directamente el antibiótico previamente utilizado.

Intoxicaciones alimentarias: las altas temperaturas propician el riesgo de intoxicaciones alimentarias, ya que las bacterias prefieren temperaturas entre los 36 y 37 grados para vivir y reproducirse. Durante el periodo estival, es habitual encontrar las consultas colapsadas por pacientes con salmonelosis, gastroenteritis... La telemedicina facilita el manejo de este tipo de infecciones, ya que a menudo es un diagnóstico rápido y requiere un tratamiento similar. Es importante, además, tener especial cuidado con la población más vulnerable: personas de edad avanzada, mujeres embarazadas y niños, que pueden correr el riesgo de sufrir una deshidratación a consecuencia de los vómitos o la diarrea provocada por ambas dolencias. En este sentido, lo aconsejable es llamar al médico y quedarse en casa con una temperatura suave y agradable.

Infecciones del oído: gran parte de las otitis tienen lugar en verano, cuando se pasa más tiempo en la piscina o en el mar. El causante de la otitis, una vez más, son los gérmenes y bacterias que se encuentran en el agua retenida dentro del oído. La sintomatología suele ser similar: dolor o picor de oído o supuración en los casos más agudos. Ante este caso, lo recomendable es realizar una consulta a distancia con el médico para que examine si es necesario el uso de antibióticos o analgésicos. En sentido preventivo, además, es importante bañarse en aguas lo más limpias posible y evitar piscinas con exceso de cloro.

Enfermedades cutáneas: en el caso de las enfermedades de la piel, la mayoría de las veces, el problema se detecta a simple vista con el envío de una foto o bien mediante vídeo. Si las imágenes son de buena calidad, es posible que sean evaluadas en remoto por los expertos y que faciliten un diagnóstico precoz de la patología cutánea. Las quemaduras solares, las manchas en la piel y los hongos causados por una mezcla de sudoración y humedad pueden tratarse fácilmente, si el problema no persiste, sin necesidad de acudir presencialmente al especialista.

Cada vez son más las especialidades médicas que se suman al uso de la telemedicina como complemento a las consultas tradicionales en centros de salud y hospitales. Especialmente tras la reciente pandemia, se ha demostrado que las nuevas tecnologías en materia de salud digital ayudan a mejorar la atención médica y la calidad de vida de los pacientes, ya que aceleran los diagnósticos y

permiten aliviar la carga asistencial en aquellas patologías con un manejo sencillo.

Datos de contacto:

Redacción

Madrid

Nota de prensa publicada en: [Madrid](#)

Categorías: [Nacional Medicina Viaje Entretenimiento Seguros](#)

NotasdePrensa

<https://www.notasdeprensa.es>