

El Norte de Castilla

Respirar polvo sahariano se normaliza con casi 40 días de intrusión de partículas en lo que va de año en Valladolid

Las micropartículas en suspensión actúan como irritantes ante una enfermedad respiratoria o alergias y si coinciden con un pico de polen y de exceso de ozono cuajan una «tormenta perfecta»



Valladolid visto desde un alto con la atmósfera cargada durante la intrusión de polvo sahariano. (C. Espeso)

[Susana Escribano](#)

24/06/2026

Hasta once alertas llamando a tomar precauciones ante intrusiones de polvo sahariano ha emitido la Junta de Castilla y León en lo que va de 2026, sumando 38 días con la atmósfera cargada de estas micropartículas en suspensión que actúan como irritantes y agravan y pueden agravar los cuadros de personas con enfermedades respiratorias y con alergias y provocar molestias oculares y las vías altas (garganta y nariz) en personas que no tienen esas patologías. [Investigaciones sobre el cambio climático han constatado el aumento de estas intrusiones y su efecto en la salud](#). Ese conteo de días con la nube de polvo en suspensión sobre nuestras cabezas sale del repaso de las alertas oficiales que avisan de estas invasiones impulsadas por las 'autopistas' de corrientes que genera el sobrecalentamiento.

Esa calima provocada por las nubes del polvo africano corona estos días el aire que se respira en buena parte de Castilla y León, incluida Valladolid, que ha sumado días un pico de [contaminación con ozono](#) con restricciones de tráfico en la almendra central de la capital. La coincidencia del polvo sahariano, exceso de ozono y polen provoca un efecto sumatorio. «Si tenemos niveles altos de ozono, junto con niveles altos de pólenes, y además el polvo sahariano, pues es la tormenta perfecta para que haya una irritación y que tenga un efecto sumatorio, porque todo va a producir más inflamación. No solo en el aparato respiratorio de vías bajas, sino también en la nariz y en los ojos produciendo rinitis y conjuntivitis porque todas las mucosas se van a exponer al aire ambiental», explica Jorge Méndez Alcalde, jefe del Servicio de Alergología del Hospital Universitario Río Hortega.

Las intrusiones de polvo sahariano salpican en los últimos años todo el calendario. La primera alerta de 2026 fue un episodio de más de una semana a caballo entre febrero y marzo. Fueron días de invierno con temperaturas inusualmente elevadas. La Junta de Castilla y León lanzó la última de 2025 el 12 de noviembre. El año pasado sumó 45 días con intrusión de polvo del Sáhara. Son datos obtenidos al sumar las jornadas de las alertas. Esas nubes arrastran partículas de origen biológico, como pólenes, esporas, gérmenes, virus y bacterias y también elementos químicos como hierro o fósforo.

«Actúan como irritantes y producen inflamación en los ojos, en la garganta, con sensación de sequedad, tos, falta de aire o ruidos en el pecho», enumera el jefe del Servicio de Alergología del Río Hortega. Son síntomas que comparten las personas que pueden verse afectadas por las intrusiones de polvo africano o el exceso de contaminación por ozono con los pacientes con una alergia al polen diagnosticada. «A veces se pueden confundir con un problema de alergia, sobre todo por la irritación de los ojos. Si vemos en los meses de verano que hace mucho calor, que hace días en los que no llueve y que han aumentado los niveles de ozono y si un niño o un anciano, sobre todo, te cuentan que les pican los ojos y que les molesta la garganta, puede ser que sea el efecto irritativo del ozono o de la calima. Hay que tenerlo en cuenta... En otoño e invierno, los niveles de ozono normalmente no suelen ser tan elevados. Por eso en otras épocas del año no hay tantos problemas y no tienes el efecto sumatorio de producir tanta inflamación », apunta el doctor Méndez.

¿Qué se puede hacer ante intrusiones de polvo sahariano o picos de ozono impulsado por el humo de los tubos de escape y las altas temperaturas? Intentar no exponerse, desde evitar exteriores a utilizar mascarillas. «Los pacientes que tienen enfermedades respiratorias, ya sea asma bronquial, una bronquitis crónica o un enfisema pulmonar tienen que tener mucho cuidado en no exponerse si hay

niveles altos de ozono y niveles altos también de polvo de intrusión sahariana o de calima», recomienda el especialista en Alergología.

«Las personas con asma o enfermedades respiratorias deben seguir cuidadosamente su plan de medicación. Las personas con problemas del corazón pueden experimentar palpitaciones, dificultad en la respiración o fatiga inusual», refleja la alerta emitida hace unos días, en el inicio de la actual intrusión

atmosférica, que durará al menos hasta que pase la ola de calor.



Jorge Méndez, jefe del Servicio de Alergología del Hospital Universitario Río Hortega. (Rodrigo Jiménez)

Conoce antes que nadie los temas en los que trabajamos, los próximos capítulos de nuestras series o las curiosidades y novedades del periódico.

De todas formas, el tamaño de las partículas que llegan en las nubes de polvo sahariano es muy pequeño. Son micropartículas que pueden escapar al filtrado de las mascarillas quirúrgicas y las FFP2. Las eficaces frente a ello serían las que utilizan los sanitarios en UCI. Eso a nivel respiratorio, de inhalación, porque esas partículas de sustancias variadas pueden entrar en el cuerpo a través de la piel o por los ojos.

La lluvia y los pólenes

Polvo sahariano, ozono por todo lo alto y pólenes han conformado estos días esa confluencia 'perfecta' de irritantes del aparato respiratorio y de los ojos, con momentos 'mejorados' por el plus que han aportado los instantes previos a las tormentas que han descargado en el mapa provincial y autonómico. Son momentos en los que se producen ventoleras que levantan partículas de polvo y polen depositadas en el suelo y en lo que se potencia la capacidad de irritación respiratoria y ocular, con la exacerbación de síntomas en personas con alergias y enfermedades pulmonares.

Jorge Méndez señala que los pacientes que ven en consulta les transmiten que esta temporada se están viendo más afectados. «Ya habíamos previsto que iba a haber más polen», precisa el especialista del Río Hortega que explica que los picos de estos alérgenos dependen en este momento mucho de la climatología: «Si sigue haciendo este calor, en dos semanas se acabará la polinización. Pero si llueve, puede haber más picos de cara al mes de julio», valora el jefe del Servicio de Alergología del Hospital Universitario Río Hortega.