



# ANMAT

Administración Nacional de Medicamentos,  
Alimentos y Tecnología Médica

## LAS ALERGIAS DE LA PRIMAVERA

*Para la Real Academia Española, la alergia es un “conjunto de fenómenos de carácter respiratorio, nervioso o eruptivo, producidos por la absorción de ciertas sustancias que dan al organismo una sensibilidad especial ante una nueva acción de tales sustancias, aun en cantidades mínimas”. Para el común de la gente, es una enfermedad a veces rara e inexplicable, y generalmente molesta. Por eso, en este informe elaborado por la Asociación Argentina de Alergia e Inmunología, se intenta ahondar en el tema para responder a las inquietudes más usuales. Se pondrá especial énfasis en las alergias primaverales, esas que están llegando.*

Si bien las enfermedades alérgicas del aparato respiratorio y la piel pueden provocar manifestaciones durante todo el año, en esta época predominan los síntomas en las vías aéreas superiores. De esta forma, se produce en el organismo la rinitis alérgica, una inflamación de la mucosa nasal que presenta las siguientes características: prurito (picazón) nasal, rinorrea (descarga acuosa por la nariz), crisis de estornudos (sobre todo al levantarse), congestión y obstrucción nasal, lagrimeo y enrojecimiento de los ojos. Estadísticamente, la prevalencia de esta afección oscila entre el 10 y el 20 % en la población en general y entre el 2 y el 10 % en la población escolar, con una incidencia pico en los jóvenes posadolescentes.

Pero **¿cuáles son las causas de esta afección?** Podemos decir que la rinitis alérgica es provocada por la exposición a factores ambientales a los que el individuo se encuentra “sensibilizado”. Los pacientes alérgicos producen un anticuerpo denominado Inmunoglobulina E contra uno o varios de dichos antígenos, desencadenando síntomas que pueden repetirse durante todo el año (rinitis alérgica perenne) o desarrollarse durante un período concreto (rinitis alérgica estacional). Esta última fue presentada durante muchos años, en la literatura, como “fiebre del heno” o “resfrío estival”.

Otra de las preguntas que más comúnmente se formulan es: **¿cuáles son las sustancias que afectan al individuo alérgico?** Éstas pueden ser muchas y muy variadas, como por ejemplo los ácaros de polvo de casa, las cucarachas, las “caspas” de animales, los hongos anemófilos y los pólenes.

El ácaro (arácido de respiración traqueal, que muchas veces es parásito de otros animales o plantas) y el desecho que éste produce son los componentes más importantes del polvo de casa. Y, como este insecto se alimenta de pequeñas partículas de descamación de la piel que todas las personas eliminan, se encuentran particularmente en almohadas, colchones, cubrecamas, muebles tapizados, pisos alfombrados, peluches, etc. Requiere un alto grado de humedad relativa (entre el 60 y el 80%) y se desarrolla muy bien a temperaturas moderadas. Por lo tanto, si bien es un alérgeno que se encuentra presente durante todo el año y ocasiona la rinitis perenne, a veces puede crecer mejor en algunas estaciones (primavera y otoño), provocando durante esas épocas un desmejoramiento en el estado de salud de los individuos afectados de rinitis.

Los alérgenos de las cucarachas, en tanto, se hallan tanto en el cuerpo como en la materia fecal y se acumulan en diferentes sitios de la casa, sobre todo donde hay restos alimentarios. Por su parte, los de animales (especialmente domésticos como perros y gatos) se encuentran en su piel, saliva y orina, y como son muy diminutos se trasladan y dispersan por el aire. Esto es perjudicial para algunos alérgicos, que a veces tienen su mascota en el patio de su casa.

En el caso de los hongos, son organismos vivos que pueden ser encontrados tanto en el interior como en el exterior de las viviendas. Se reproducen formando pequeñas esporas (células de vegetales) microscópicas, que circulan por el aire y son responsables de los síntomas alérgicos. El crecimiento y la reproducción de los hongos son exacerbados por el aumento en la humedad relativa ambiente y por las lluvias. Dentro de la casa pueden encontrarse esporas en plantas, alimentos, muebles, peluches, productos de papel, fibras naturales y sintéticas, tuberías, etc.

En cuanto a los pólenes que intervienen en las rinitis estacionales, pueden provenir de los árboles, gramíneas y malezas. Los árboles comienzan a producir estas partículas al final del invierno y comienzos de la primavera, generalmente durante unas cuatro semanas. Las gramíneas o pastos polinizan un poco después, durante la primavera (en nuestro país generalmente entre octubre y noviembre), en un período de entre ocho y doce semanas, según el clima. Las malezas, por su parte, producen el polen del verano y del otoño, y duran generalmente hasta la primera helada.

Todos estos pólenes vinculados a las enfermedades alérgicas son de tamaño pequeño y muy livianos, por lo que pueden ser trasladados fácilmente por el viento. Ello provoca que algunas personas tengan alergia a las partículas de

plantas que no se encuentran cerca de su hogar.

Existen además otras sustancias que pueden provocar un incremento de los síntomas de la rinitis. Son los llamados irritantes inespecíficos, entre los cuales se incluye el humo del cigarrillo, los aerosoles, los contaminantes ambientales y los cosméticos. También existen otros factores no alérgicos como los cambios en la presión barométrica, la temperatura y la humedad.

¿Cómo se trata la rinitis alérgica? En primer lugar, es indispensable lograr un efectivo control ambiental, manteniendo el hogar libre de ácaros, cucarachas, mascotas y esporas de hongos. Asimismo, puede ser efectivo el consumo de ciertos medicamentos que ayuden a combatir los síntomas, como los antihistamínicos, útiles contra la picazón, los estornudos y la rinorrea. De todos modos, hay que tener en cuenta que siempre deben ser utilizados con precaución, ya que pueden producir algunos efectos adversos como sedación, sueño, aumento del apetito, retención urinaria y, en algunos casos, pueden interactuar con otros medicamentos produciendo alteraciones cardíacas.

Los descongestivos, tanto orales como locales, deben utilizarse durante períodos cortos porque pueden producir insomnio o aumento de la tensión arterial. En cuanto a las gotas nasales, debe tenerse mucha precaución porque: a- en los niños pueden bajar su nivel de azúcar en sangre, produciendo mareos y desmayos b- en los ancianos pueden ocasionar trastornos de la tensión arterial y arritmias y c- en la población en general podrían acarrear acostumbamiento y rinitis medicamentosa, empeorando así la obstrucción nasal existente.

Por otra parte, la inflamación puede ser tratada con otros fármacos, como por ejemplo los corticoides tópicos. Sin embargo, deben realizarse controles estrictos en su uso, sobre todo en niños, ya que el abuso puede producir, entre otras cosas, alteraciones en el ritmo del crecimiento. Otra opción es la inmunoterapia, es decir las "vacunas" para el tratamiento de las alergias, las cuales deben ser indicadas por médicos especialistas.

Es importante tener en cuenta que una nariz que no funciona correctamente y no cumple con los objetivos de calentamiento, humidificación y limpieza del aire inspirado, puede acarrear con el tiempo diversas complicaciones orgánicas: sinusitis, otitis, faringitis recurrentes y otras alteraciones respiratorias. Además, esta afección también altera la calidad de vida del individuo que la padece. En consecuencia, es sumamente importante que, ante cualquier síntoma de alergia, se consulte al profesional médico

especialista en el tema para que éste realice un diagnóstico precoz y preciso y disponga el tratamiento correspondiente.

(Artículo elaborado por la Asociación Argentina de Alergia e Inmunología)