

# Se avecina la primavera y con ella llegan alergias estacionales al valle de Aconcagua

Se acerca la primavera, comienzan los días cálidos y el invierno poco a poco comienza a dejar el Valle del Aconcagua. Los grandes árboles y la vegetación que acompañan las alamedas de San Felipe, pronto comienzan a florecer, siendo el polen uno de los factores comunes que ocasionan los molestos síntomas de las alergias estacionales.

En Chile, de acuerdo a estudios consultados, se estima que un 30% de la población cuenta con esta patología durante estos meses, siendo los síntomas más frecuentes estornudos, ojos irritados, picazón de garganta y goteo nasal.

Expertos han señalado que los desencadenantes más comunes se encuentran en el aire y a este mes de septiembre se le atribuye especial responsabilidad al polen que despiden árboles, arbustos o malezas, siendo el plátano oriental una de las especies que mayormente genera estas desagradables reacciones; sin embargo, también se encuentran otros factores como los insectos, ácaros del polvo y las esporas de moho.

• **A nivel país, un 30% de la población presenta síntomas alérgicos durante la época primaveral.-**

Nuestra ciudad cuenta con varias plantaciones de plátano oriental, por lo que por este y otros alérgenos, **Diario El Trabajo** entregará recomendaciones para lidiar con la temporada de las desagradables alergias.

Especialistas de la salud, han indicado que se debe evitar el contacto con el causante en la medida de lo posible.

Utilizar anteojos de sol y mascarillas si se va a salir y con ello, evitar exponerse entre las 5 y las 10 de la mañana, y entre las 7 y 10 de la tarde, horario en que existe ma-

yor polinización.

Asimismo, no secar la ropa al aire libre para que el polen no se adhiera, intentar no cortar el pasto ni sentarse encima de él.

De igual manera, realizar una limpieza profunda al menos una vez por semana en el hogar y mantener cerradas las ventanas los días de mayor recuento de polen.

Por último, en los servicios de salud, el médico puede sugerir medicamentos para tratar los síntomas, que suelen ser antihistamínicos o corticoides inhalados.



El árbol plátano oriental es una de las principales especies que genera reacciones alérgicas en la población.