



ALERGIA ESTACIONAL

¿La primavera te hace estornudar?

Congestión nasal, picazón en los ojos y muchos estornudos son parte de los molestos síntomas de las alergias primaverales, patología que puede afectar significativamente la calidad de vida de quienes las padecen y que, según la OMS, se trataría de cerca del 30% de la población mundial.

La primavera suele ser una de las estaciones más esperadas del año, gracias a sus días soleados y agradables temperaturas. Sin embargo, para muchos esta temporada resulta todo un desafío, debido a las molestias que traen aparejadas las alergias primaverales, caracterizadas por ojos llorosos, secreción nasal, picazón y muchos estornudos, padecimientos que cada vez son más comunes. Así lo señalan múltiples investigaciones, que afirman que en los últimos 50 años la prevalencia de alergias ha aumentado progresivamente hasta llegar a afectar a cerca del 30% de la población mundial.

Pero qué es una alergia y porqué se produce. El Dr. Sahba Sedaghat, otorrinolaringólogo de Clínica Biobío, explica que “la alergia es una respuesta del sistema inmunológico frente a alguna sustancia en particular, como podría ser -en esta temporada- el polen”.

Los molestos síntomas de la alergia estarían provocados principalmente por la liberación de histamina, una sustan-



cia química que el organismo produce como respuesta a los alérgenos, y cuya liberación generaría en las personas alérgicas una reacción exacerbada. Esta sobre-reacción impulsaría al sistema inmune a responder de igual manera, dando origen a cuadros de rinitis o dermatitis, además de gatillar episodios asmáticos en pacientes susceptibles.

Es importante destacar que las alergias no necesariamente son permanentes, pudiendo desarrollarse en cualquier etapa de la vida o desaparecer con el tiempo. Por ello, aunque su aparición es más común durante la infancia, las personas pueden experimentar su primer episodio alérgico a cualquier edad.

Los principales síntomas de esta afección incluyen estornudos continuos, congestión, secreción nasal y/o ocular, picazón de garganta, y prurito en los ojos y/o la nariz. "En el caso de las alergias primaverales, estas afectan principalmente las vías respiratorias y los ojos, dado que son las zonas de contacto más intenso con la sustancia que desencadena la alergia. No obstante, en algunos pacientes también puede haber manifestaciones cutáneas, como sarpullidos y prurito", detalla el médico.

¿Cómo diferenciar una alergia de una gripe?

Como algunos de los síntomas característicos de las alergias -como la congestión nasal y los estornudos- también se presentan en caso de gripe o resfrío, puede resultar fácil confundir ambas afecciones. No obstante, también hay factores que nos permiten distinguirlas. "Diferenciar entre una alergia y un cuadro gripal puede ser desafiante. Sin embargo, hay ciertas señales que pueden ayudar: las alergias suelen causar picazón en los ojos y la nariz, y no están acompañadas de fiebre, mientras que la gripe puede provocar fiebre alta y dolores corporales. Además, los síntomas de la gripe aparecen rápidamente y son más intensos, en tanto que las alergias tienden a persistir durante todo el tiempo que se esté expuesto al alérgeno", explica el especialista.

Es justamente por la posibilidad de que tengan una muy extensa duración -lo que implica tener que sufrir las molestias que ocasionan por mucho tiempo- que se recomienda acudir a un especialista ante la sospecha de estar padeciendo una alergia.

Su tratamiento es principalmente farmacológico y varía según la sintomatología del paciente, por lo que las indicaciones médicas van a depender de la intensidad de los síntomas y el malestar que genere en la persona. Para casos más serios, hay tratamientos de inmunoterapia dirigidos a modular la respuesta del sistema inmunológico frente a ciertas sustancias... "pero todo va a depender de la condición específica de cada paciente", enfatiza el Dr. Sedaghat.

Por ello, si en esta temporada primaveral está sufriendo con los síntomas de lo que cree es una alergia, lo ideal es acudir a un especialista que pueda evaluar su condición y descubrir las causas puntuales de sus molestias, para así acceder a un tratamiento más preciso y efectivo.



Dr. Sahba Sedaghat,
otorrinolaringólogo de
Clínica Biobío,