

Sol y calor: insectos y reacciones alérgicas al acecho

La fotosensibilidad, quemaduras e insolaciones y exacerbación del riesgo del fotoenvejecimiento y cáncer no es lo único que puede afectar a la piel con mayor intensidad en el verano, por las características ambientales: el calor también trae consigo un aumento en el riesgo picaduras o mordeduras de insectos y así de alergias.

Las principales y más complejas son de abejas y avispas, porque pueden causar reacciones alérgicas graves en algunas personas, así que es recomendable que quienes saben que son sensibles tomen precauciones como "evitar usar mucho perfume cuando se va al campo y usar ropa que no sea colorida, evitar los amarillos y los rojos, mezclados con blancos porque obviamente va a ser una inquietud óptica para el insecto de que es una flor y es aromática", aclara el inmunólogo

Oscar Venegas.

Igualmente, plantea que en situaciones donde un insecto insiste en acercarse, lo esencial es no entrar en pánico ni sacudir las manos o correr, ya que con esos movimientos agresivos y exagerados el insecto lo verá como una amenaza. Como resguardo, ideal es agacharse y disminuir la velocidad del movimiento.

Y destaca que "en el caso de picadura es importante estar atentos a los síntomas de una posible reacción alérgica cutánea, que pueden incluir hinchazón, enrojecimiento y, en casos severos, dificultad para respirar".

Si los síntomas son leves estos se pueden tratar con frío local, antialérgicos y antiinflamatorios de venta libre por 3 a 5 días, evitando siempre el rascado de la zona por el riesgo de pro-

ducir una infección.

Pero, en el caso de una rápida extensión de las lesiones, aparición de úlceras, cambio de color o signos como dolor intenso, fiebre, sudoración, dificultad respiratoria, hinchazón de los labios o la lengua, y mareos, se deben considerar como signos de alarma que hacen necesario buscar atención médica inmediata para realizar un correcto diagnóstico del cuadro e indicar medicación en el caso de ser necesaria.

En este contexto, además del correcto uso de protectores solares, para disfrutar de la temporada estival y actividades al aire libre, se puede volver importante utilizar productos repelentes preventivos de insectos y siempre llevar antialérgicos de venta libre ante la posibilidad de sufrir una reacción alérgica por una picadura o mordedura.