



MARCELO CASTILLO NAVARRETE
Académico Tecnología Médica, Universidad Andrés Bello,
Concepción

Día Mundial de las Alergias: una enfermedad del mundo moderno

Con la llegada de la primavera se habla, comúnmente, del "inicio del periodo de alergias", pero estas son solo un grupo de enfermedades que presentan características comunes, siendo la principal que nuestro Sistema Inmune, encargado de defendernos de microorganismos y eliminar células posiblemente cancerosas, reacciona contra elementos comunes e inocuos presentes en la naturales o nuestra vida diaria.

Existen registros de sintomatología, que hoy llamaríamos alergia, en escritos antiguos griegos principalmente asociados a alimentos y/o sustancias. La primera condición médica, que hoy se considera una alergia, es la llamada fiebre del heno, descrita en 1819 por el médico inglés John Bostock y posteriormente el término alergia, fue acuñado por el pediatra austriaco Clemens von Pirquet, en 1906.

En estudios de incidencia de enfermedades crónicas, se evidenció que a partir de la década de los 50, durante el siglo pasado, las alergias comenzaron un aumento significativo dentro de la población, en particular en los países desarrollados. Este fue uno de los argumentos fundamentales de una de las teorías sobre el origen de las alergias, la denominada "teoría de la higiene". Esta tiene su fundamento en que los elementos del sistema inmune que participan en los procesos alérgicos están asociados originariamente a la defensa frente a los parásitos. Debido a la mejora, que los países desarrollados y en vías de desarrollo implementaron para aumentar la disponibilidad de agua potable, el acceso al uso masivo de medicamentos antimicrobianos, el riego de hortalizas no con aguas servidas y la masificación de los procesos de limpieza y desinfección a nivel del hogar, provocaron una disminución ostensible de enfermedades gastrointestinales y parasitarias.

En la actualidad se plantea, como en otras enfermedades crónicas, un triple condicionamiento para que se desarrolle y manifieste clínicamente: la genética, el ambiente y el estilo de vida. La genética se refiere al condicionamiento de nuestros genes, que nos hace propensos a desarrollar ciertas enfermedades, pero que por sí solas no son suficientes para el desarrollo de la enfermedad. En este punto ingresa el ambiente que nos rodea, el grado de contaminación ambiental, si vivimos en la ciudad o en zonas rurales, el grado de hacinamiento, etc. Y finalmente el estilo de vida donde el grado de estrés, los problemas personales, el tipo de alimentación repercuten en cambios en la interacción de los microorganismos presentes en el nuestro intestino con nuestro sistema inmune y como consecuencia con todo el organismo.

Si mejoramos nuestra relación con el medio ambiente y nuestro estilo de vida, en particular, disminuir la contaminación ambiental y nuestra alimentación hacia una dieta balanceada, permitiremos que nuestro sistema inmune tolere de mejor manera estas sustancias permitiendo una disminución de los factores predisponentes de la enfermedad, esto también se extiende a las personas que ya son alérgicas, que además deben evitar el contacto (de ser posible) con la sustancia que genera la alergia y seguir las indicaciones de su médico tratante, para conseguir una mejora en la sintomatología y como consecuencia en la calidad de vida.