

# La llegada de las alergias

**Si bien aún restan semanas de intenso invierno, algunas especies vegetales ya comenzaron su proceso de floración, lo que puede afectar a quienes sufren alergias.**

**S**i bien aún estamos en pleno invierno y restan algunas semanas para la llegada de la primavera, es necesario adelantarse a esa estación para prevenir la aparición de los molestos síntomas que experimentan quienes sufren alergias.

Es que tan pronto comienzan a florecer los árboles -fenómeno que ya comenzó en algunas especies- lo cierto es muchas personas se enfrentan a síntomas incómodos y debilitantes característicos de las alergias, que son manifestaciones del aparato respiratorio o de la piel, ante la intolerancia de una sustancia determinada, como el polvo, el polen, o el pelo de ciertos animales.

Según explica Mario Navarro, académico de la Escuela de Química y Farmacia de la UNAB y doctor en Farmacología, es posible prepararse para evitar la ocurrencia de los molestos síntomas, aunque lo primero es corroborar el diagnóstico y clasificar el tipo

**Las alergias son manifestaciones del aparato respiratorio o de la piel, ante la intolerancia de una sustancia determinada, como el polvo o el polen.**

de rinitis alérgica para cada paciente, lo que debe hacerlo un especialista. Para ello, es muy importante identificar cuáles son los agentes ambientales que gatillan los síntomas, como por ejemplo, polen, ácaros, caspa de animales, etcétera, lo que permitirá disminuir la exposición a los alérgenos en el hogar, manteniendo una limpieza adecuada y evitando los lugares con mayor presencia de gatillantes.

Los síntomas de las alergias pueden evitarse y así mismo disminuir las complicaciones que estas puedan generar. Sin embargo, lo más importante es acudir a un médico que pueda determinar el tipo de alergia que se padece y a la vez indicar el tratamiento más indicado. Ese debe ser el primer paso.