



## Opinión

**Eduardo  
Cruzat B.**  
Director  
Kinesiología  
UST



# Las alergias primaverales se aproximan

Los primeros rayos de sol de agosto son el anuncio de que la primavera se aproxima y junto con ello, debemos estar atentos a las alergias de la estación y sus efectos en nuestro organismo. De hecho, todos podemos padecerlas en cualquier etapa de nuestras vidas, aunque resulta clave poner cuidado en la adultez -ya que pueden ser muy complicadas- especialmente en nuestros ojos y piel (la sequedad de esta última produce prurito o picazón), ya que están bastante sensibles.

Por ejemplo, en dicha época del año estamos más propensos a las alergias como la rinitis, que afecta a la mucosa nasal y que produce estornudos, picor, obstrucción, secreciones nasales y en ocasiones falta de olfato. Así como también la conjuntivitis alérgica reacciones cutáneas; accesos de tos; cansancio después de hacer un ejercicio moderado y sensación de ahogo.

Como cada reacción alérgica es desencadenada por un alérgeno específico, el principal objetivo del diagnóstico es identificarlo, ya que cuando se deposita sobre la piel o entra en los ojos, es inhalado, ingerido o inyectado nos causará muchos problemas. Éste puede ser una planta estacional o el producto de una planta, como el polen o una sustancia como la caspa del gato, ciertos medicamentos o algún alimento en particular.

Por tanto, si desea controlarse, es fundamental consultar al médico ante el primer síntoma de alergia primaveral. Si padece los síntomas mencionados, lo más indicado es comprobarlo con estudios, tests cutáneos y sanguíneos, que permiten medir anticuerpos específicos y determinar los alérgenos. 