

Cómo y cuándo incorporar antialérgicos para no sufrir con la primavera



Paula Molina C.
Químico farmacéutico

Con la primavera no sólo llegan los días más largos y una mejor temperatura, sino también las llamadas alergias estacionales, con sus molestos síntomas. Frente a ellos, muchas personas corren a comprar el antihistamínico o antialérgico de turno, cuya efectividad es avalada por recomendaciones o grupos de chat familiares. La buena noticia es que estos medicamentos son seguros y efectivos (mientras se compran en lugares establecidos), pero siempre se necesitará del diagnóstico y la indicación médica, para saber cuál es el indicado, ya que su mal uso podría traer ciertas complicaciones.

De este tipo de fármacos ya existen tres generaciones (y una cuarta en estudio), aunque son las dos primeras las más utilizadas para tratar los malestares de alergias estacionales, alimentarias y reacciones por picaduras de insectos, entre otros. La efectividad en ambos grupos es similar, aunque los medicamentos de primera generación (como la difenhidramina, clorfeniramina o hidroxicina) producen somnolencia y una serie de efectos secundarios para quienes los utilicen sin la supervisión de un médico.

Los fármacos de primera generación deprimen el sistema nervioso central, lo que puede afectar las capacidades físicas y mentales, sobre todo si se mezclan con otros medicamentos o, peor aún, con la ingesta de bebidas alcohólicas, aumentando la acción sedante en personas

mayores y efectos excitantes en niños. Además, desarrollan tolerancia (entre más se toman, menos efecto hacen), pudiendo producir adicción y otros efectos como confusión, alucinaciones, boca seca y taquicardias, por mencionar solo algunos (dependiendo también si existen otras condiciones de base como enfermedades crónicas).

Los medicamentos de segunda generación han podido corregir algunos de estos efectos, aunque pueden generar algunos de los efectos secundarios ya mencionados, mientras que los de tercera generación son una evolución de los anteriores, que además permiten reducir las tomas y los posibles efectos secundarios.

Saber cuál es el indicado para cada persona es fundamental. No porque un activo es útil para una persona, también lo será para el resto de la población. Esta información sólo podrá entregarla un médico, que considere los malestares puntuales y también las condiciones de cada paciente, incluyendo enfermedades crónicas, edad y hasta el tipo de trabajo que desarrolla.

De acuerdo al Instituto de Salud Pública (ISP), la clorfenamina fue el fármaco más vendido en 2022 en Chile, lo que debe generar una alerta, considerando los efectos secundarios. Así, el llamado es a consultar con el profesional correspondiente y evitar el boca a boca para no caer en una dispensación inadecuada.