

**COLUMNA****Mauricio Muñoz Llanos**  
Director Química y Farmacia  
Universidad Andrés Bello

## Uso de antihistamínicos

La primavera trae consigo la renovación de la naturaleza, pero también un desafío recurrente para quienes sufren de alergias estacionales. La principal causa de estos síntomas es la liberación de histamina, una sustancia que nuestro cuerpo produce en respuesta a alérgenos como el polen. Las personas alérgicas sufren una respuesta exacerbada ante la liberación de histamina en el organismo, sobre activando la respuesta del sistema inmune y generando entre otros cuadros recurrentes en esta época rinitis y/o dermatitis, además de poder gatillar cuadros asmáticos en pacientes susceptibles. Para contrarrestar sus efectos, se suelen ocupar medicamentos que se unen a los receptores de histamina en distintos tipos de células en el organismo, los denominados antihistamínicos. Sin embargo, como todo medicamento, los antihistamínicos no están exentos de generar efectos adversos y de no ser correctamente indicados se puede hacer efectivo en que el remedio es peor que la enfermedad.

Los antihistamínicos de primera generación: incluyen compuestos como la difenhidramina y la clorfenamina. Estos fármacos son eficaces para aliviar síntomas, pero pueden causar somnolencia y afectar las funciones cognitivas y motoras, lo anterior porque tienen la

capacidad de atravesar la barrera hematoencefálica y actuar en los receptores de histamina del sistema nervioso central. Son útiles en casos puntuales, pero no se recomiendan para el uso diario, especialmente si se debe conducir o realizar tareas que requieran concentración.

Aquellos de segunda y tercera generación: como la loratadina, cetirizina y fexofenadina. Son fármacos más selectivos y menos propensos a atravesar la barrera hematoencefálica, lo que minimiza sus efectos sedantes. Son adecuados para tratamientos a largo plazo y para personas que requieren mantener su rutina diaria sin alteraciones.

En términos generales siempre la recomendación es que su uso sea producto de un diagnóstico médico, para determinar el medicamento más adecuado para su caso particular, evaluando los posibles efectos adversos o condiciones preexistentes del paciente como hipertensión, glaucoma u otro. Un uso indiscriminado y continuo puede generar tolerancia, sequedad en las mucosas, problemas digestivos o enmascarar sintomatología importante que dé cuenta de otra patología.

Finalmente ser especialmente cuidadoso con poblaciones especiales como lo son niños, embarazadas y adultos mayores.