



Tu Salud en Baltimore



Dra. Jimena Gutierrez

Profesora Asistente
División de Alergia e
Inmunología Pediátricas
Escuela de Medicina,
Johns Hopkins University

Hablemos de Alergias

¿Qué es una alergia?

Es una reacción del sistema inmunológico ante agentes externos llamados alérgenos. Los alérgenos son sustancias que normalmente serían inofensivas pero que en personas sensibles causan la producción de anticuerpos (immunoglobulina E) y la liberación de químicos en la sangre y en los tejidos como la histamina, responsables de los síntomas alérgicos.

¿Qué tan frecuentes son las alergias?

Se estima que aproximadamente 20% de las personas en Estados Unidos tienen algún tipo de alergia

¿Qué síntomas producen las alergias?

Las alergias respiratorias pueden causar síntomas como rasquiña en la nariz y garganta, aumento de secreciones nasales, congestión, y tos, entre otros. Los ojos también pueden ser afectados con enrojecimiento, picazón, y lagrimeo. En la piel, las alergias pueden producir enrojecimiento, inflamación, rasquiña o ronchas. Las alergias alimentarias pueden causar náusea, vómito, diarrea, ronchas e hinchazón causados por la ingesta del alimento alérgeno. En algunas personas las alergias causan asma. Es importante mencionar que así mismo, las personas con ciertas alergias (alimentarias, picadura de insectos, medicamentos, látex) pueden tener reacciones severas que ponen en peligro la vida cuando accidentalmente entran en contacto

con estas sustancias (una condición llamada anafilaxia).

¿Cuáles son los alérgenos más comunes?

El polen, la caspa animal, el moho, el polvo, y algunos insectos como las cucarachas pueden causar síntomas respiratorios. Las nueces (por ejemplo, almendras, pistachos, avellanas, pecan, nuez), los mariscos, la leche, los huevos, el maní, algunos granos y legumbres entre otros, son las causas más comunes de alergias alimentarias las cuales se manifiestan con náusea o vómito, asma, ronchas, hinchazón, y brotes en la piel e incluso anafilaxia al comer el alimento alérgeno. También hay alergias a medicamentos, por ejemplo, la penicilina puede causar desde brotes en la piel hasta anafilaxia. Finalmente, un poco menos frecuentes, pero no menos graves, son las alergias a las picaduras de insectos (abejas y avispas principalmente) que pueden causar anafilaxia en personas susceptibles.

¿Por qué es importante reconocer si usted es alérgico?

Las alergias son fuente de incomodidad que deterioran la calidad de vida de las personas. También, algunas alergias pueden causar síntomas graves si no reciben tratamiento. En los ojos, por ejemplo, puede haber inflamación de la córnea, con pérdida de la visión en casos graves. La inflamación y obstrucción crónica de la nariz puede causar problemas de sueño y fatiga crónica, así como también infecciones frecuentes. El asma crónica sin tratamiento puede

causar daño permanente los pulmones y llevar a problemas cardiacos. Los ataques de asma causan dificultad para respirar que puede ser mortal. Así mismo, las alergias a medicamentos, alimentos e insectos pueden causar anafilaxia o incluso la muerte.

Es importante identificar el agente alérgeno para poder evitarlo en la medida de lo posible. También es importante reconocer las alergias ya que son enfermedades tratables. Hay medicamentos para controlar los síntomas (antihistamínicos, tratamientos nasales, y otros). También los hay para prevenir la muerte por anafilaxia (inyecciones de epinefrina). Las personas asmáticas deben recibir tratamiento para evitar que su condición empeore y los pulmones se deterioren. Cuando las alergias son severas, algunas personas se benefician de recibir "allergy shots" (vacunas contra las alergias, llamados inmunoterapia alérgeno-específica), los cuales pueden disminuir o incluso curar los síntomas. Recientemente, también se han desarrollado nuevos tratamientos para tratar algunas alergias con medicaciones orales. Adicionalmente, hay nuevas terapias en investigación que pueden estar disponibles en unos pocos años y potencialmente ayudar a prevenir o curar algunos tipos de alergia (por ejemplo, algunas alergias alimentarias).

¿Qué debo hacer si tengo síntomas de alergia?

Usted puede visitar al especialista

en alergias o alergólogo. También puede consultar con su pediatra o médico familiar quien puede iniciar su evaluación y tratamiento y determinara si usted debe ver a un alergólogo. Finalmente, si usted quisiera información adicional acerca de las enfermedades alérgicas, puede visitar sitios como el de la Academia Americana de Asma, Alergia e Inmunología (AAAAI por sus siglas en Inglés): <https://www.aaaai.org/spanish-materials>, quienes proveen información confiable disponible en Inglés y Español.

¿Debo buscar ayuda médica?

Definitivamente sí, ya que su médico o el especialista en alergias lo guiarán y le prescribirán el tratamiento adecuado cuando sea necesario.

Maria J. Gutierrez, M.D.
Assistant Professor of Pediatrics
Division of Pediatric Allergy and Immunology
Johns Hopkins University School of Medicine

Traducción:



Media Partner:

LATIN OPINION
MARYLAND NEWS

¿ERES VÍCTIMA DE VIOLENCIA DOMÉSTICA?



House of Ruth
Maryland

Llama ahora mismo al
410-732-2176