

¿Qué son las alergias?

Una alergia es una reacción exagerada del sistema inmunitario a una sustancia que su cuerpo ha identificado como invasor; y causan síntomas como estornudo repetido, comezón ocular y ojos llorosos.

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), alrededor de 400 y 600 millones de personas en el mundo lo padecen, con una tendencia constante a aumentar debido a factores como la contaminación ambiental, que hace que el sistema inmune se vuelva más reactivo y aparezcan nuevos casos.



Las alergias estacionales generalmente se presentan en la primavera, el verano o el otoño. El polen generalmente causa alergias estacionales, las causas de estas pueden ser los árboles, las malezas o el polvo.

San Juan, es una provincia de clima cálido y seco, esta condición se ve aumentada, contribuyendo a ser una de las provincias que más sufre de estos padecimientos a lo largo del año. Los días calientes, secos y ventosos son más propensos a tener una gran cantidad de polen en el aire.

En los días fríos, húmedos y lluviosos, la mayor parte del polen va al suelo.

Los Síntomas son:

- ◆ Moqueo (secreción) nasal.
- ◆ Picazón en la nariz o el paladar.
- ◆ Comezón en los ojos.
- ◆ Ardor ocular.

Cuando los ojos reaccionan a los alérgenos se pueden inflamar, lo cual causa enrojecimiento, picazón e hinchazón.

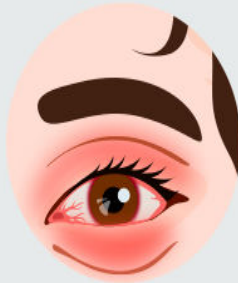


SÍNTOMAS ALÉRGICOS



Respiratorios

Rinitis (estornudos, mucosidad nasal o congestión nasal) o asma (tos, ruidos en el pecho o dificultad para respirar).



Oculares

Conjuntivitis (prurito ocular).



Cutáneos

Urticaria (ronchas), angioedema (hinchazón) o dermatitis.



Digestivos

Esofagitis (inflamación del esófago) o enterocolitis (inflamación de los intestinos).

Doktuz

Medicamentos para tratar los síntomas

◆ Antihistamínicos

Reducen o bloquean los principales síntomas de la alergia.

Además de los antihistamínicos, los aerosoles nasales pueden ayudar a aliviar los síntomas de la nariz pero no se deben usar por mucho tiempo sin hablar con un profesional de la salud. Algunos pueden empeorar la congestión si se usan por más tiempo de lo indicado. también por ejemplo podrían aumentar la presión arterial, representando un problema para los pacientes hipertensos.

Como todos los medicamentos, los

◇ Corticoides

Son un grupo de fármacos, derivados de los esteroides, en los que se ha potenciado su acción antiinflamatoria, por este efecto los convierte en los indicados para el tratamiento de diversas enfermedades alérgicas (asma, rinitis, urticaria, dermatitis atópica, anafilaxia). Pueden administrarse por vía tópica cutánea, inhalatoria, oral e inyectable. Su administración debe interrumpirse gradualmente por el riesgo de desarrollar



insuficiencia suprarrenal



◇ Descongestionantes

También pueden ayudar a reducir síntomas como la congestión nasal. No los utilice por más de 3 días.

◇

◇



◇

¿Cómo usar un Inhaladores?

Muchas personas no lo utilizan de la manera correcta, por lo tanto llega menos medicina a los pulmones y la mayor parte se queda en la parte posterior de la boca.

• Instrucciones para usar un inhalador

1. Quite la tapa y agite el inhalador fuertemente.
2. Si no ha utilizado el inhalador por algún tiempo, es posible que necesite prepararlo.
3. Exhale por completo.
4. Sostenga el inhalador de 2.5 a 5 cm en frente de la boca.



5. Comience a inhalar lentamente a través de la boca y luego apriete el inhalador 1 vez.
6. Siga inhalando lentamente lo más profundo que pueda.
7. Contenga la respiración mientras cuenta lentamente hasta 10, si puede. Esto permite que la medicina llegue a lo profundo de los pulmones.
8. Después de utilizar el inhalador, enjuáguese la boca con agua, hágase gárgaras y escupa. Esto ayuda a reducir los efectos

• Como mantener limpio el Inhalador

- 1) Mirar el agujero de inhalador por donde sale la medicina. Si ve polvo dentro o alrededor del agujero, limpie el inhalador.
- 2) Quite el bote de metal de la boquilla plástica en forma de L.
- 3) Enjuague sólo la boquilla y la tapa con agua tibia.
- 4) Déjelos secando al aire durante la noche.
- 5) Por la mañana, vuelva a introducir el bote. Ponga la tapa.

NO enjuague ninguna otra parte.



EFECTOS ADVERSOS DE LOS ANTIALERGICOS

Los efectos secundarios de los antihistamínicos pueden incluir:

- ◆ Sueño, deseo de dormir
- ◆ Mareo
- ◆ Resequedad en la boca
- ◆ Sentirse nervioso, excitado o irritable
- ◆ Cambios en la visión, como visión borrosa
- ◆ Disminución del apetito



Puede haber precauciones especiales para usar los antihistamínicos si usted tiene:

- ◆ Aumento en la presión del ojo (glaucoma)
- ◆ Próstata agrandada o problemas para

1. Los antihistamínicos usados contra las alergias refuerzan la acción de cualquier tranquilizante. Juntos pueden resultar una combinación peligrosa porque ambos medicamentos aumentarán la somnolencia y pueden producir mareos,



desorientación e incapacidad para concentrarse y reaccionar.

2. Los corticoides suelen complicar la osteoporosis. Por ello, si el paciente sufre de osteoporosis o presenta factores de riesgo de esta afección, se le recomienda ingerir suplementos de calcio y consumir alimentos ricos en este nutriente.



¿Resfriado o Alergia?

Un resfrío es una Enfermedad catarral de las vías respiratorias, especialmente de la garganta y de la nariz, de naturaleza vírica o bacteriana, que produce un malestar físico general, con síntomas como la mucosidad abundante en la nariz o el dolor de garganta.

Resfriado Vs Alergia		
Resfriado		Alergia
Frecuente	← Tos →	A veces
A veces	← Dolor →	No
Frecuente	← Fatiga →	A veces
Casi nunca	← Picor de ojos →	A menudo
Aislados	← Estornudo →	Frecuentes
A menudo	← Picor garganta →	A veces
Densa	← Secreción nasal →	Acuosa
Leve / Moderado	← Picor nasal →	Intenso
Pocas veces	← Fiebre →	No

Saludability

Cada uno de los síntomas del resfriado puede tratarse por separado



Tratamiento

- ◆ Tratar los síntomas no hará desaparecer el resfriado, pero le ayudará a sentirse mejor. Los antibióticos casi nunca se necesitan para tratar un resfriado común.
- ◆ La tos es la forma que tiene el cuerpo de sacar el moco de los pulmones. Así que utilice jarabes para la tos sólo cuando esta se torne muy dolorosa.
- ◆ Los medicamentos para el resfriado y la tos de venta libre pueden ayudar a aliviar los síntomas en los adultos y los niños mayores.

BIBLIOGRAFIA

https://medlineplus.gov/spanish/ency/esp_imagepages/9204.htm

<https://www.vitonica.com/enfermedades/diferencias-entre-un-resfriado-y-una-alergia>

<https://mialergia.wordpress.com/2010/01/19/alerta-con-los-tratamientos-antialergicos/>

<https://medlineplus.gov/spanish/allergy.html>

RESPONSABLES

- Unidad Responsable Facultad de Ciencias de la Alimentación, Bioquímicas y Farmacéuticas. Universidad Católica de Cuyo.- San Juan. Argentina

- Director General: Farm. Martha B. Iturrieta.

director_cimed@uccuyo.edu.ar

- Coordinador Técnico: Farm. Emilia Calandra

coordinadoratecnica_cimed@uccuyo.edu.ar

Agradecimiento a los Alumnos del Practicanato

Díaz María Agustina

Díaz Melisa

Fernández Mariana

Páez Marisel

