

# ¡LLEGÓ LA PRIMAVERA Y LAS ALERGIAS!

CORREDORA | security  
SEGUROS

Alergia es la reacción del sistema inmune a una sustancia que provoca síntomas que pueden ir de molestias leves a problemas que pueden traer mayores consecuencias.

Es sabido que con la llegada la primavera comienzan las alergias. Esto debido a la mayor concentración de Polen en el ambiente, en donde también se encuentran hongos ambientales, ácaros de polvo, epitelios de animales, entre otros.

También se generan alergias por ingestión de algunos alimentos o medicamentos así como por picadura de insectos como abejas o avispas.

La alergia se desencadena cuando el alérgeno se deposita sobre la piel, entra en los ojos, es inhalado, ingerido o inyectado.

Las alergias más comunes son: Alergia Respiratoria,

Alergia Ocular, Alergia Alimentaria, Alergia al Polen, Rinitis, entre otras.

La mayoría de las alergias provocan lagrimeo y picazón en ojos, nariz, oídos y garganta; también estornudos, inflamación de membranas de mucosa nasal y goteo nasal. Sin embargo, al no ser tratadas con medicamentos, pueden provocar otro tipo de malestares, como Sinusitis y Asma entre otros.

Generalmente las alergias son tratadas con Anti-histamínicos y descongestionantes; y en casos más complejos con Corticoides, antibióticos, inhaladores nasales entre otros. Antes de llegar a esto la recomendación es prevenir, aun cuando en ciertos tipos de alergias es difícil por las condiciones ambientales.

## CONSIDERANDO LO COMPLEJO QUE ES TENER ALERGIA PRIMAVERAL, ACÁ DEJAMOS ALGUNOS TIPS:



Siempre es recomendable conocer qué tipo de alérgeno provoca la alergia, se realiza Test Cutáneo con varios alérgenos para identificar el o los que la provocan.



Acudir al médico para, con anticipación, comenzar terapia de medicamentos que ayuda a sobrellevar la sintomatología.



En caso de alergia al polen, se recomienda conocer horarios de mayor producción de polen, además de estar al tanto del pronóstico del tiempo ya que días secos y ventosos son los más críticos ya que es propicio para la dispersión del polen.



Usar lentes de sol al estar expuesto al medioambiente.



Dentro del dormitorio o en lugares cerrados, evitar alfombras, peluches, libros y otros elementos que conserven polvo y ácaros.



En casa, utilizar aspiradora en vez de escoba y al limpiar muebles que sea con paños húmedos, la idea es levantar el menos polvo posible



Ventilar la casa u oficina por 10 a 15 minutos durante el mediodía o al atardecer, cuando la polinización es menor.



Lavar fosas nasales y manos en forma frecuente y con abundante agua.



Al aire libre proteger piel del contacto con medioambiente, ducharse y cambia de ropa al llegar a casa.