



■ LAS ALERGIAS: ¿Cómo cuidar a los más pequeños?

Si bien todos podemos manifestar alguna alergia a cualquier edad, los niños son los más susceptibles. ¿Qué tipos de alergia existen y cómo afectan a nuestros hijos?

La **alergia** es una reacción del organismo frente a sustancias externas llamadas alérgenos. Existen distintos tipos de alergias provocadas por una gran variedad de sustancias, con síntomas cuyo tipo e intensidad varía caso a caso y persona a persona. Afortunadamente, las alergias se pueden mantener bajo control con medicamentos que se indican junto con la adopción de medidas que eviten el contacto con los alérgenos que las provocan.

■ ¿Qué es la alergia?

La **alergia** es una respuesta del sistema inmunológico provocada por ciertas sustancias llamadas alérgenos. Este fenómeno puede manifestarse en cualquier parte del cuerpo, ocasionando distintos tipos de respuesta de acuerdo con la sustancia con la que se entra en contacto y con la forma en que ingresa al organismo.



Las alergias pueden desarrollarse a cualquier edad, aunque lo más frecuente es que se presenten en la infancia o juventud. Es importante identificar las sustancias a las cuales los niños son alérgicos para evitar que tomen contacto con ellas y prevenir reacciones más graves.

■ ¿Qué tipos de alergias existen?

De acuerdo con el tipo de sustancia y la forma en que ingresa al organismo, se puede identificar distintas clases de alergia. Algunas de las más frecuentes son:

a) Alergias cutáneas o alergias de la piel por “contacto”

En este tipo de reacción la piel se enrojece, inflama, pica o arde después del contacto con sustancias tales como cremas, jabones, ciertos metales, la exposición al sol, transpiración o el rasguño de algún animal, entre otros.

Generalmente este tipo de alergias no genera complicaciones y se pueden evitar fácilmente limitando el contacto con las sustancias que las provocan. Para prevenirlas los pediatras suelen recomendar la utilización de champús y detergentes hipoalérgicos, ropa de algodón, evitar el contacto con el sol junto con el uso cremas con factor protector solar sobre 30 FPS en niños mayores de 6 meses.

b) Alergias respiratorias

Las alergias respiratorias son provocadas por la inhalación de algún alérgeno que irrita las vías respiratorias; sustancias tales como los ácaros, el polvo, pólenes, la caspa de animales (gatos), hongos y moho, entre otros, suelen asociarse con este tipo de alergias.

Sus manifestaciones clínicas pueden ir desde una rinitis alérgica hasta un asma bronquial. Los principales síntomas de la rinitis alérgica son la obstrucción nasal, abundante mucosidad transparente, picazón en la nariz y ojos, lagrimeo, estornudos, molestias en la garganta y ronquidos.



c) Alergias alimentarias

Se presentan cuando los niños ingieren algún alimento determinado que les desencadena el cuadro clínico. Los principales síntomas son el malestar estomacal, dolor abdominal, diarreas recurrentes, *rash* cutáneo y enrojecimiento en la zona anal. En algunos casos extremos las reacciones pueden ser de gravedad pudiendo incluso llegar a un shock anafiláctico.

Los alimentos que causan estas reacciones varían de niño a niño, por lo que es necesario realizar exámenes especializados para identificar claramente las sustancias que causan alergia y evitar su consumo. Estas alergias son fácilmente controlables cuando se modifica la dieta del niño o de la madre si se encuentra amamantando.

d) Alergias a medicamentos

Las más de las veces se caracterizan por el enrojecimiento y la aparición de ronchas en la piel luego de la ingesta de algún medicamento. Suelen aparecer después de la exposición constante al **medicamento** y en casos severos pueden llevar a un shock anafiláctico. En muchos casos, los especialistas recomiendan suspender inmediatamente la administración del medicamento.

■ ¿Qué hacer si mi hijo tiene alergia?

Lo primero es identificar las sustancias que causan alergia al niño. Por ello es importante consultar con un especialista acerca de los exámenes y pruebas más adecuadas de acuerdo con la edad del menor.

Existe además una serie de recomendaciones generales que pueden ser aplicadas:

- Mantener las ventanas cerradas durante la temporada de polinización, especialmente en días secos y ventosos, para disminuir la entrada de polén.
- Mantener el buen aseo de la casa para reducir el polvo y moho.



- Evitar todo contacto con las sustancias que causan reacciones alérgicas al niño.
- Evitar todo contacto con humo de cigarrillo, parafina o leña; su uso dificulta la respuesta al tratamiento controlador.
- En caso de padecer alergia, consultar regularmente con un médico para optimizar el tratamiento y evaluar el avance de las alergias. Gran parte de ellas desaparecen cuando el niño crece.

En suma, las alergias son una reacción del organismo cuando éste toma contacto con algunas sustancias. Las alergias pueden afectar cualquier parte del cuerpo, tienen múltiples causas y suelen manifestarse con mayor intensidad en niños y jóvenes. Algunas de las alergias más comunes son las cutáneas, las respiratorias, las alimentarias y las alergias a medicamentos. Cada una requerirá un estudio específico del caso y la asesoría de un profesional que pueda determinar el tratamiento indicado.

**El contenido de este artículo sólo cumple la función de informar, no sustituye ni reemplaza el consejo y/o las órdenes del médico tratante relacionadas con su salud, tratamiento o medicamentos que hayan sido recetados.*

■ Referencias

American Academy of Pediatrics. *Causas de las alergias en los niños: lo que pueden hacer los padres*. 21 de noviembre de 2015. <https://www.healthychildren.org/spanish/health-issues/conditions/allergies-asthma/paginas/allergy-causes.aspx> (último acceso: 20 de agosto de 2018).

Medline. *Alergia*. 23 de mayo de 2018. <https://medlineplus.gov/spanish/allergy.html> (último acceso: 20 de agosto de 2018).



Bienestarsaval tiene para usted descuento

Seleccione marca

Seleccionar marca

Seleccione presentación

Todas

BUSCAR

Ingrese a www.bienestarsaval.cl