

## **Educación del paciente y el público en general: Información básica**

La AAAAI (Academia Americana de Alergia, Asma e Inmunología) ha reunido unos puntos de Información básica sobre algunos asuntos relacionados con las enfermedades alérgicas. Consulte la sección de Recomendaciones si desea mayor información.

Seleccione un asunto:

- Rinitis alérgica
- Alergias (general)
- Anafilaxia
- Asma
- Asma y sinusitis
- Asma infantil
- Alergias y reacciones a alimentos
- Inmunología
- Sinusitis
- Condiciones de la piel
- Alergias inducidas por picaduras de insectos
- ¿Qué es un especialista en alergias o asma?

### **Rinitis alérgica**

*Información básica:*

- La rinitis, o inflamación de las mucosas nasales, se clasifica a menudo simplemente como rinitis alérgica o no alérgica. Aunque todos los tipos de rinitis pertenecen a una de estas dos categorías, la rinitis no alérgica tiene muchas variantes.
- La rinitis alérgica, o “fiebre del heno”, está causada por alérgenos como el polen, los ácaros del polvo, el moho o las escamas cutáneas de origen animal. Los síntomas que produce pueden ser estornudos, congestión, secreciones nasales y picor de nariz, garganta, ojos y oídos.
- La rinitis no alérgica, o rinitis irritante, es una condición de origen desconocido que se ve agravada por las emanaciones, olores, temperatura y cambios climáticos, humo y otras sustancias irritantes. Este tipo de rinitis, que afecta generalmente a adultos, provoca síntomas a lo largo de todo el año entre los que se incluyen la congestión y la cefalea.

### **Alergias (general)**

*Información básica:*

- La alergia se define como “sensibilidad maligna extrema a una sustancia específica” y se conoce también como hipersensibilidad, mientras que la inmunidad se define como “resistencia extrema con fines protectores”.
- Los alérgenos presentes en el interior de los edificios o viviendas desempeñan un papel crucial en las enfermedades alérgicas como el asma y la rinitis alérgica

perenne. La mayor parte de los estadounidenses pasan más de 20 horas al día en el interior de edificios o viviendas.

- Los alérgenos presentes en el exterior (pólenes) desempeñan un papel crucial en los síntomas de alergia estacional.
- Las personas se exponen a los alérgenos a través de la inhalación, ingestión, el contacto con la piel y la inyección.
- Las infecciones víricas de las vías respiratorias superiores pueden agravar las alergias.

### **Anafilaxia**

#### *Información básica:*

- La anafilaxia es una reacción alérgica grave que puede conllevar la muerte. Entre los síntomas de la anafilaxia se incluyen el picor y la urticaria en amplias zonas del cuerpo, inflamación de la garganta o la lengua, dificultad respiratoria, mareos, retortijones en el estómago, náuseas o diarrea.
- Si el caso es grave, un rápido descenso de la presión sanguínea puede provocar un colapso y pérdida del conocimiento. La anafilaxia se considera una urgencia médica puesto que puede ser mortal.
- La epinefrina o adrenalina es la sustancia clave del tratamiento en caso de reacción grave. Puede obtenerse con receta médica en su forma autoinyectable AdreJect® (España) o EpiPen® (otros países).
- La alimentación es la causa principal de la anafilaxia infantil.

### **Asma**

#### *Información básica:*

- El asma es una enfermedad pulmonar crónica en la que el aire que entra y sale de los pulmones puede bloquearse debido a la contracción muscular, inflamación y exceso de mucosa.
- Los enfermos de asma pueden reaccionar ante factores ambientales, llamados "inductores" o "desencadenantes" que no afectan a los no asmáticos. En reacción a un desencadenante, las vías respiratorias de un asmático se inflaman y estrechan, dando lugar a síntomas como la respiración sibilante y/o la tos.
- Los factores desencadenantes del asma son: los alérgenos, las sustancias irritantes como el humo del tabaco o los olores fuertes, los cambios climáticos, las infecciones víricas o sinusales, el ejercicio físico, los medicamentos, la alimentación, la ansiedad emocional y el reflujo gastroesofágico.
- Incluso el asma leve puede conllevar la muerte. No obstante, siguiendo los consejos de su médico, puede aprender a controlar su asma. El objetivo de los tratamientos contra el asma es controlar los síntomas de modo que ellos no controlen su vida.

### **Asma y sinusitis**

#### *Información básica:*

- Tanto el asma como la sinusitis crónica son enfermedades inflamatorias crónicas. El asma implica que se inflamen las vías respiratorias y la sinusitis crónica implica que se inflame la mucosa sinusal (paredes).
- Tanto el asma como la sinusitis crónica están a menudo relacionadas con la alergia a desencadenantes medioambientales, tales como las escamas cutáneas de origen animal, el moho, los ácaros del polvo y los pólenes.
- La sinusitis puede desencadenar el asma mediante varios mecanismos: inflamación compartida entre distintas zonas del cuerpo, secreciones nasofaríngeas de células inflamatorias y mediadores, irritación de garganta debido a secreciones nasofaríngeas y un calentamiento y filtrado del aire defectuoso.
- Está demostrado que el tratamiento médico y quirúrgico de la sinusitis crónica en enfermos de asma mejora ostensiblemente su estado de salud.
- Controle los síntomas para que ellos no controlen su vida.

### **Asma infantil**

#### *Información básica:*

- El asma es la enfermedad crónica grave infantil más común, ya que afecta a casi nueve millones de niños en Estados Unidos.
- Los niños que padecen asma tosen, sufren respiración sibilante y entrecortada y compresión en el pecho. Muchos padres no saben que la tos crónica puede ser el único síntoma del asma y que un niño no tiene por qué mostrar una respiración sibilante para padecer esta enfermedad.
- Hasta un 80% de los niños que padecen asma presentan síntomas antes de los cinco años.
- Los desencadenantes del asma infantil más comunes son los enfriamientos y las alergias.

### **Alergias y reacciones a alimentos**

#### *Información básica:*

- Las alergias y reacciones a alimentos son un conjunto de trastornos que se distinguen por el modo en que el sistema inmunológico del organismo reacciona ante ciertas proteínas alimentarias.
- En los niños, los siguientes seis alimentos causan la mayor parte de las reacciones alérgicas a alimentos: leche, huevos, cacahuetes, trigo, soja y frutos secos (p.ej.: nueces). Con frecuencia ocurre que los niños superan a medida que crecen la alergia a los huevos, leche, trigo y soja.
- Respecto a los adultos, cuatro alimentos causan la mayoría de reacciones alérgicas: cacahuetes, frutos secos, pescados y mariscos.
- Los síntomas de las alergias a alimentos varían desde una sensación de hormigueo en la boca, inflamación de lengua y garganta, dificultad respiratoria, urticaria, vómitos, retortijones, diarrea, descenso de la presión sanguínea, pérdida del

conocimiento, hasta incluso la muerte. Los síntomas suelen aparecer desde unos minutos hasta dos horas después de ingerir el alimento al que la persona es alérgica.

- Los asmáticos alérgicos a alimentos, corren un riesgo mayor de experimentar reacciones alérgicas graves o mortales.

## **Inmunología**

### *Información básica:*

- El sistema inmunológico consiste en un entramado de células y órganos que colaboran para defender el organismo contra los ataques de invasores extraños, llamados gérmenes. Funciona produciendo unas proteínas llamadas anticuerpos o glóbulos blancos que reconocen a estos invasores, extraños a nuestro organismo.
- Todos vivimos en un mar de gérmenes. La función del sistema inmunológico es impedir que estos gérmenes causen una enfermedad. Si un germen invade el organismo, el sistema inmunológico intenta eliminarlo y nos ayuda a recuperarnos.
- Si el sistema inmunológico no funciona correctamente puede causar diversas enfermedades como inmunodeficiencia, SIDA, alergia, artritis e incluso cáncer.
- El sistema inmunológico es complejo y sofisticado. Puede reconocer a los enemigos y en la mayoría de casos eliminar el germen incluso antes de que sepamos que ha invadido nuestro organismo.

Se denomina antígeno a todo aquello que pueda desencadenar una reacción inmunológica (bacteria, virus o polen). En algunos casos, el sistema inmunológico reacciona produciendo un tipo de anticuerpo especial llamado anticuerpo de la alergia. Es en ese momento cuando se producen las reacciones alérgicas. Las sustancias desencadenantes de la producción de anticuerpos de la alergia se denominan alérgenos.

## **Sinusitis**

### *Información básica:*

- La sinusitis consiste en una inflamación de los senos nasales y paranasales. La causa de la sinusitis aguda es casi siempre una infección vírica o bacteriana. La causa de la sinusitis crónica no está tan clara, pero podría deberse en parte a virus, bacterias u hongos.
- Los enfermos de sinusitis crónica padecen una inflamación continua de las membranas sinusales. Aparte de la infección (vírica o bacteriana), los síntomas de la sinusitis pueden desencadenarse en algunos enfermos por la exposición a sustancias químicas nocivas, al humo del tabaco, a la contaminación atmosférica o a alérgenos.
- A menudo la sinusitis aguda comienza de repente, normalmente unos días después de un resfriado común.
- Entre los síntomas de la sinusitis aguda se incluyen: drenaje nasal o nasofaríngeo espeso, molestias en las mejillas, en la frente y alrededor de los ojos, congestiones nasales, tos, cefalea y décimas de fiebre.
- Se diagnostica una sinusitis crónica cuando los síntomas de la sinusitis continúan durante más de 12 semanas a pesar del tratamiento médico.

## **Condiciones de la piel**

### *Información básica:*

- Una reacción alérgica común que afecta muchas veces a la cara, codos y rodillas es la dermatitis atópica, también llamada eccema. Esta erupción con enrojecimientos, descamaciones y picores se presenta a menudo en niños pequeños, pero puede ocurrir en etapas vitales posteriores en personas con antecedentes personales o familiares de atopía, esto es, asma o rinitis alérgica (“fiebre del heno”).
- La dermatitis alérgica de contacto puede ejemplificarse mejor por la reacción con ampollas, enrojecimientos y picores que casi todo el mundo ha experimentado alguna vez tras haber tocado una planta de la familia “Rhus” – hiedra venenosa y roble o zumaque venenoso.
- La urticaria consiste en zonas enrojecidas e inflamadas de la piel que producen picores cuyo tamaño varía y pueden aparecer en cualquier parte del cuerpo.
- La más común es la aguda, cuya causa puede identificarse - con frecuencia una infección vírica, un medicamento, un alimento o el látex.
- El angioedema, es una inflamación de las capas más profundas de la piel, puede darse en ocasiones a la vez que la urticaria. El angioedema no presenta enrojecimientos ni picores, y suele aparecer en tejidos blandos como los párpados, la boca o la zona genital.
- La urticaria y el angioedema pueden aparecer juntos o por separado en el cuerpo.
- Cuando ciertas sustancias entran en contacto con la piel, pueden producir una erupción cutánea llamada dermatitis de contacto. Algunas de estas reacciones se deben a una reacción alérgica en la que ha actuado el sistema inmunológico, pero muchas se deben a una reacción no alérgica o irritante.

## **Alergias inducidas por picaduras de insectos**

### *Información básica:*

- Algunas personas son alérgicas a las picaduras de insectos. Esto significa que sus sistemas inmunológicos sobrerreaccionan ante el veneno inyectado por el insecto.
- Entre los insectos a los que las personas pueden ser alérgicos se incluyen los himenópteros:
  - Abejas
  - Véspulas
  - Avispas
  - Avispones
  - Avispones de cara blanca
  - Hormigas bravas rojas
- Los síntomas incluyen el enrojecimiento, inflamación y picor en la zona de la picadura. Algunas personas tienen reacciones locales extensas (gran inflamación alrededor de la zona de la picadura). Por desgracia, puede producirse una reacción más grave y potencialmente mortal llamada anafilaxia. Los síntomas pueden incluir urticaria, inflamación, dificultad respiratoria, pérdida del conocimiento y en ocasiones la muerte.

- Para evitar las picaduras de insectos, es necesario aprender cómo son y dónde habitan. Si usted vive en el sur, los insectos que con más probabilidad podrían picarle son las vespulas o las hormigas bravas rojas. Las abejas son las causantes de la mayoría de picaduras en California y en el suroeste habitan hormigas bravas rojas. El tratamiento de niños y adultos es distinto dependiendo de sus reacciones. En el caso de niños con simples reacciones cutáneas como urticaria o inflamación, los estudios prueban que el riesgo de posteriores reacciones potencialmente mortales es mínimo y no es necesario aplicar inyecciones contra la alergia a las picaduras de insectos. En cambio, los adultos con más de una reacción local deben someterse a pruebas de alergia a las picaduras de insectos y considerar el tratamiento inmunoterapéutico contra el veneno si resulta que son alérgicos.
- En contra de lo que suele creerse, la pauta de reactividad de una persona ante una picadura suele repetirse. En caso de presentar urticaria sólo tras la picadura, en la mayoría de casos esto volverá a ocurrir si vuelven a sufrir una picadura. En general no se suele dar un empeoramiento de los síntomas tras futuras picaduras. Los adultos que presentan reacciones anafilácticas y los niños que no presentan sólo reacciones cutáneas deberían someterse a un análisis llevado a cabo por un alergólogo titulado.

### **¿Qué es un especialista en alergias o asma?**

Los médicos especializados en alergias e inmunología, llamados alergólogos o inmunólogos, poseen formación en prevención, diagnóstico y tratamiento de problemas relacionados con el sistema inmunológico. Entre estos problemas se incluyen las reacciones a sustancias normalmente benignas como alimentos, medicamentos, productos químicos, picaduras de insectos y pólenes, y las condiciones alérgicas como la fiebre del heno, asma, urticaria, dermatitis y eccema.

Los alergólogos o inmunólogos también han sido formados para tratar:

- inmunodeficiencias tanto hereditarias como adquiridas, incluido el síndrome de inmunodeficiencia adquirida (SIDA) así como la agammaglobulinemia congénita y adquirida y la deficiencia de IgA;
- diversas enfermedades autoinmunitarias, tales como la artritis, el lupus eritematoso y la vasculitis; y
- rechazos a trasplantes de órganos y cáncer de ganglios linfáticos.

Para tratar a un paciente, el alergólogo o inmunólogo analiza su expediente médico y le realiza pruebas para identificar la causa del problema alérgico o inmunológico. El alergólogo o inmunólogo podrá entonces recomendar al paciente que evite ciertas sustancias, recetarle medicamentos para la alergia o asma, o administrarle inyecciones inmunitarias para aumentar la tolerancia del paciente a ciertas sustancias y reducir los síntomas alérgicos.

La formación de los alergólogos o inmunólogos consiste en la carrera de medicina con un postgrado de tres años de estudios en pediatría o medicina interna, así como otros dos años

de alergología e inmunología. Por tanto, los alergólogos o inmunólogos están especializados tanto en pediatría o medicina interna como en alergias o inmunología.