

La consulta de ➔ Juan Antonio García Marrero

Especialista en Alergología de Hospital Perpetuo Socorro

El doctor García Marrero recuerda que las personas con alergia deben seguir extremando las precauciones en la época estival y también las que no padecen ninguna reconocida porque en estos meses son habituales las alergias cutáneas, las alimentarias y las producidas por las picaduras de insectos



El doctor Juan Antonio García Marrero, especialista en Alergología de Hospital Perpetuo Socorro.

«En verano no debe bajarse la guardia ante las alergias»

CANARIAS7 / LAS PALMAS DE GRAN CANARIA

— ¿Cuáles son las alergias más frecuentes en verano?

— Durante la época estival son bastante habituales las alergias cutáneas, las alimentarias y las producidas por las picaduras de insectos como avispas o abejas. También pueden producirse, como durante el resto del año, a los ácaros, las gramíneas o el pelo y la piel de los animales. Hay que tener en cuenta que existen más de 500 sustancias que pueden producir reacciones alérgicas y que pueden llegar a ser de gravedad por lo que no debe relajarse el cuidado en verano.

— ¿Qué tipo de alergias se producen en la piel?

— Las alergias cutáneas suelen relacionarse con los efectos sensibilizantes al exponerse al sol de algunos antiinflamatorios y antibióticos o ingredientes de algunos protectores solares, por lo que lo más recomendable en este caso es consultar con un especialista cuánto y cómo puede exponerse al sol y qué fotoprotectores hay que evitar según su composición. Por su parte, la dermatitis atópica se ve agravada por el uso habitual de la piscina, siendo preferible el baño en el mar, que no sólo no perjudica sino que mejora esta alergia. También el cloro o los desinfectantes utilizados en la limpieza de la piscina pueden desencadenar alergias respiratorias que pueden evitarse en casos leves con unas pinzas para la nariz.

— ¿Y alimentarias?

— Las frutas de la época veraniega debe tomarse con precaución. El melón y sandía frecuentemente producen síntomas bucales en pacientes alérgicos a pólenes mientras las cerezas, paraguayas o melocotones pueden ocasionar urticaria al contacto y llegar incluso a la anafilaxia. Además suelen relajarse las costumbres alimentarias pero debe continuar leyéndose detenidamente la lista de ingredientes de los productos que se ingieran y se come más fuera de casa por lo que no debe bajarse la guardia y consultar en los restaurantes a los que se acuda cualquier duda. Por último, y en el caso de los niños, si van a pasar unos días de vacaciones hay que explicar detenidamente las precauciones a tener en cuenta a la persona que se haga responsable.

— ¿Pueden ser graves las picaduras de insectos?

— El riesgo de picaduras de insectos, como avispas o abejas, au-

menta en verano, y con ello el riesgo de reacciones alérgicas. La probabilidad de desarrollar estas reacciones aumenta paralelamente al número total de picaduras y hasta que se produce la primera no es posible saber si existe alergia. Según la Sociedad Española de Alergología e Inmunología Clínica (SEAIC) es estima que hasta un 3% de la población sufre estas reacciones alérgicas a nivel nacional. La incidencia y gravedad de las reacciones se ha incrementado un 20% en los últimos diez años.

— ¿Qué medidas deben tomarse ante un viaje?

— Es importante llevar el informe del especialista, en cuya consulta se prescribirá asimismo el tratamiento necesario para las vacaciones, que debe incluir medicación de rescate, como antihistamínicos o broncodilatadores ante una crisis leve o moderada; o de urgencia ante un choque anafiláctico, compuesta por autoinyectores de adrenalina.

Fórmulas de prevención

■ La mejor prevención ante cualquier enfermedad, incluyendo las alergias, es una buena información. Por ello ante la sospecha de que se pueda padecer cualquier tipo de alergia es conveniente consultar con un especialista y realizarse las pruebas necesarias. Dependiendo de cada caso se marcará un tratamiento que puede oscilar desde la inmunote-

rapia al seguimiento activo y siempre incluir la evitación del alérgeno en cuestión y unas adecuadas medidas de higiene. En el caso de alergias cutáneas lo que lo más recomendable en este caso es consultar con un especialista cuánto y cómo puede exponerse al sol y qué fotoprotectores hay que evitar según su composición.

UNIDAD DE
ALERGOLOGÍA

HPS
HOSPITAL PERPETUO SOCORRO

Diagnóstico y Tratamiento

Dr. Anselmo Sánchez Palacios
Dr. José Ángel Cumplido Bonny
Dr. Juan Antonio García Marrero

**Consulta, diagnóstico,
y tratamiento a pacientes
con problemas alérgicos e
inmunológicos.**

928 49 99 00
HPShospital.es