

8 de julio Día Mundial de la Alergia

¿Qué es la alergia?

Una respuesta exagerada del sistema inmunológico a sustancias que normalmente no son dañinas conocidas como alérgenos.

Alérgenos comunes: polen, ácaros del polvo, caspa de animales, alimentos (como nueces, leche, huevos), picaduras de insectos, medicamentos.

Síntomas comunes de la alergia

- **Respiratorios:** Estornudos, congestión nasal picazón en la nariz, garganta y ojos, asma.
- **Cutáneos:** urticaria, eczema, hinchazón.
- **Digestivos:** náuseas, vómitos, diarrea.
- **Sistémicos:** anafilaxia (reacción alérgica grave que puede ser mortal)

Diagnóstico y tratamiento

- **Diagnóstico:** Pruebas cutáneas, análisis de sangre, historial médico detallado.
- **Tratamiento:** Antihistamínicos, corticosteroides, inmunoterapia (vacunas para alergias), evitación de alérgenos.

Prevención y manejo

- **Prevención:** Evitar el contacto con alérgenos conocidos, mantener una buena higiene y utilizar purificadores de aire.
- **Manejo:** Medicamentos recetados, planes de emergencia para reacciones graves, educación y entrenamiento en el uso de auto-inyecciones de epinefrina (EpiPen)

Datos y estadísticas

- **Prevalencia:** un alto porcentaje de la población mundial padece de algún tipo de alergia.
- **Impacto en la vida diaria:** las alergias pueden afectar la calidad de vida, el rendimiento escolar y laboral, y la economía de los sistemas de salud.