

ALERGIA PRIMAVERAL



- * La **alergia** es una respuesta del sistema inmunitario frente a una sustancia (habitualmente pólenes), que el cuerpo reconoce como ajena (alérgeno) y actúa frente a ella.
- * La alergia primaveral es estacional y es debida a diferentes tipos de pólenes, que producen síntomas respiratorios principalmente.
- * Los síntomas aparecen cuando en el ambiente hay niveles de polen capaces de desencadenar alergia.

¿Qué síntomas produce?

Los síntomas empeoran en espacios abiertos, días soleados y con viento, notando mejoría en los días de lluvia.

- * Goteo nasal
- * Moco claro
- * Picor de ojos o de nariz
- * Taponamiento nasal
- * Estornudos repetidos
- * Enrojecimiento y lagrimeo ocular



Diferencias con un catarro

Catarro común

- * No se produce conjuntivitis alérgica.
- * Puede haber fiebre.
- * Tos con mucosidad.
- * Malestar general.

Alergia

- * Conjuntivitis alérgica (ojos rojos con picor ocular).
- * No hay fiebre.
- * Tos seca.
- * Desaparece o mejora sin el alérgeno.

¿Cuándo se debe consultar?

Es recomendable que consulte con su pediatra:

- * Si el niño/a presenta los síntomas descritos.
- * Si el niño/a no responde al tratamiento pautado previamente.

¿Cómo podemos minimizar sus efectos?

- * En el exterior usa gafas de sol que protejan los ojos.
- * Usar mascarilla con filtro puede ayudar a mejorar los síntomas.
- * En el coche evitar ir con las ventanillas abiertas.
- * Evitar realizar ejercicio físico en espacios abiertos cuando los niveles de polen estén altos o presente síntomas alérgicos.
- * Es aconsejable mantener las ventanas de casa cerradas en esta época.
- * Puede ser de gran ayuda consultar las aplicaciones móviles para conocer los niveles de pólenes en tu ciudad o localidad.

Se pueden consultar en la web de la Sociedad Española de Alergología:

<https://www.polenes.com/es/home>

