

Alergia Primavera



Principalmente durante la primavera la floración de plantas y árboles trae consigo una molestia como estornudos congestión nasal y una serie de síntomas molestos que se pueden llegar a complicar.

¿Qué las causa, cómo se manifiestan y qué hacer?



¿Cuáles son las principales causas de las alergias?

- Los causantes son los granos de polen que se encuentran en plantas con flores, pero también en algunos árboles y el césped de los parques
- Cuando el polen entra en el organismo provoca una reacción inmunológica que afecta principalmente al aparato respiratorio. Es la rinitis alérgica o fiebre del heno.



¿Cuáles son los síntomas de las alergias?

- Estornudos
- Congestión nasal
- Rinorrea o descarga nasal anterior
- Descarga nasal posterior
- Enrojecimiento y picazón ocular
- Picazón de garganta
- Picazón de oídos



Alguna recomendaciones a considerar :

- Identificar a qué soy alérgico
- Síntomas sugerentes
- Que se repiten tras exposición a alérgeno (ejemplo polen)
- Idealmente confirmación de laboratorio → test de alergias
- Evitar contacto con alérgenos
 - Ventilar diariamente el hogar, pero por poco tiempo
 - Evitar transporte con vidrios abiertos
 - Evitar colgar ropa al aire libre
 - Evita la tarea de cortar el pasto en los meses de noviembre a febrero
 - Usar lentes de sol – protección ocular
- Consultar a un especialista si es que los síntomas se presentan todas las primaveras.

