



COLUMNA

Macarena Ruiz Parra, académica de la Química y Farmacia, Universidad Andrés Bello (UNAB)



Alergias estacionales y el uso medicamentos

A medida que se acerca la primavera comienzan a aparecer los efectos de las alergias estacionales, que se manifiestan a través de estornudos, picazón ocular, congestión nasal y otros síntomas que afectan la calidad de vida. Como se observa con frecuencia, la necesidad de un alivio inmediato lleva a muchas personas a utilizar antialérgicos o antihistamínicos sin una orientación adecuada. Si bien estos medicamentos son efectivos para controlar los síntomas alérgicos, su uso indiscriminado puede traer efectos secundarios como somnolencia, sequedad bucal, alteraciones del ritmo cardíaco o, en casos más graves, interacciones con otros tratamientos crónicos.

Por otro lado, el acceso directo a fármacos de venta libre ha aumentado el riesgo de una percepción errónea: que todo medicamento

disponible sin receta es completamente seguro. Lo cual es un concepto incorrecto, ya que la farmacoterapia debe ser siempre individualizada, considerando antecedentes médicos, posibles alergias cruzadas y las condiciones particulares de cada paciente.

En Chile, las alergias estacionales están en aumento, en parte por factores como el cambio climático, la urbanización y el aumento de la contaminación. Otros agentes alérgenos como el polen de árboles (plátano oriental) o de pastos, generan reacciones alérgicas cada vez más frecuentes y prolongadas en el año. Frente a esto, no solo se requiere un diagnóstico médico oportuno, sino también una asesoría farmacéutica constante que fomente el uso racional de los medicamentos, a fin de garantizar un tratamiento más adecuado y seguro.

Por esta razón es clave fomentar una cultura de educación farmacológica en la población. Como profesionales de la salud, los químicos farmacéuticos no solo dispensamos medicamentos: estamos capacitados para orientar, prevenir errores en la medicación y promover un uso racional de los fármacos. Visitar la farmacia no debe ser un acto meramente transaccional, sino una oportunidad para recibir orientación experta.

Las alergias estacionales afectan a una parte creciente de la población chilena, por lo que es relevante hacer un llamado a evitar la automedicación y a confiar en el acompañamiento profesional. Cuidar la salud no solo implica tratar los síntomas, sino hacerlo con responsabilidad y conocimiento.