



Rinitis alérgica: como enfrentar esta patología crónica que afecta al 30% de la población con la llegada de septiembre

La primavera se aproxima y cerca del 30% de la población en Chile sabe que los próximos meses serán complejos, especialmente aquellos pacientes que no han tenido un tratamiento adecuado durante el año para tratar las alergias respiratorias. Y es que, con el inicio de la polinización de los árboles, comienzan en las personas alérgicas las primeras manifestaciones de la rinitis alérgica, lo que presagia la aparición de mayores síntomas en septiembre y octubre, cuando la época primaveral esté en todo su esplendor.

Según explicó la doctora Paola Toche, inmunóloga de Clínica MEDS, "la rinitis alérgica es una enfermedad muy prevalente y se estima que una de cada tres personas puede desarrollarla. Se puede manifestar a través de estornudos, picazón de nariz, congestión nasal, producción de mucosidades e, incluso, pérdida del olfato. Tiene un impacto muy importante en la calidad de vida, que deteriora la calidad del sueño, el desempeño deportivo,

académico, preescolar, escolar y laboral en los adultos".

La especialista en alergias agregó que "las complicaciones más frecuentes son las sinusitis y los síntomas bronquiales, como la tos y el asma. A nivel ocular, puede existir enrojecimiento de las mucosas, lagrimeo y sensación de picazón en los ojos y párpados. Si bien es menos frecuente, hay pacientes que pueden tener prurito (hormigueo o irritación en la piel) por la exposición a pólenes circulantes. Incluso las personas que son muy alérgicas pueden presentar urticarias al tener contacto, por ejemplo, con el pasto".

Al contrario de lo que suele creerse, el aumento de los síntomas de la rinitis alérgica en esta época del año no está relacionado exclusivamente a las flores primaverales, sino a las plantas que lo hacen a través del aire. En este sentido, la profesional de MEDS aseguró "la alergias aumentan en esta fecha básicamente por la polinización. Empiezan a aumentar los

recuentos de pólenes circulantes, inicialmente de árboles, también de pastos y, un poquito más tardío, de malezas".

Respecto a la duración de las alergias primaverales, la doctora Toche indicó que "va a depender de donde se está viviendo, ya que en la región central la vemos a mediados de agosto, donde ya están los primeros pacientes que están bien sensibilizados a algunos pastos. Posteriormente están los peak de los árboles, con niveles importantísimos de polen que vienen de plátanos orientales, arces y álamos, y después tenemos la llegada de los polen de la malezas que se pueden extender producto del cambio climático hasta marzo, abril e incluso mayo. Por lo tanto, esta estacionalidad que teníamos bien marcada años atrás ha ido cambiando".

Según detalló la inmunóloga de Clínica MEDS, las enfermedades alérgicas se producen principalmente por un factor genético, pero también hay un tema ambiental que ha hecho que las alergias aumenten. "Es

muy importante saber a lo que uno está sensibilizado, porque en base a eso puedo saber cuándo empezar y cuándo parar el tratamiento para que sea realmente efectivo", indicó.

En relación con los tratamientos que se emplean para quienes sufren de rinitis alérgica, la especialista en inmunología clínica aseguró que "los más habituales son los antihistamínicos, los corticoides intranasales y cuando hay síntomas oculares, el uso de colirios. Sin embargo, existen otro tipo de métodos que van a estar dirigidos específicamente a la causa, que es la inmunoterapia. Las vacunas contra las alergias logran disminuir la sensibilidad del paciente a lo que es alérgico, ya que se administran dosis pequeñas pero crecientes de alérgenos que son estandarizados de manera que la persona empiece a tolerar su exposición".

La doctora Toche aseguró que gracias a la inmunoterapia "con el tiempo van a ir disminuyendo los síntomas, la necesidad de uso de fármacos y es capaz de detener el desarrollo de asma de pacientes con rinitis, mejorando la calidad del paciente. Por lo tanto, es un tratamiento eficaz y validado, tanto para las enfermedades alérgicas respiratorias como son la rinitis, el asma, la conjuntivitis alérgica, como de aquellas enfermedades alérgicas asociadas a abejas y avispa".

Con el cambio de estación suben las temperaturas y florecen los árboles, pero también aumenta la cantidad de personas que sufren con esta condición inflamatoria que se caracteriza por estornudos, congestión nasal y picazón en la zona de los ojos y la nariz. Esta enfermedad sintomática se agudiza en septiembre y octubre, por el peak de pólenes.