

1.- La alergia

- 👉 Cada día es mayor el número de personas afectadas por problemas de alergia.

Un 20% de la población de nuestro entorno presenta alguna de las formas con que se manifiesta.

2.- Antecedentes familiares

- 👉 **Los antecedentes familiares de asma, rinitis o eccema atópico** son la primera situación a valorar para predecir el riesgo de alergia en un niño.

A un recién nacido con riesgo de alergia se le aconseja que mantenga una lactancia materna prolongada y que se le eviten los animales domésticos y el humo del tabaco.

3.- Diagnóstico y tratamiento

- 👉 **La exploración física, las pruebas cutáneas** y las de laboratorio son los pasos a seguir para establecer un diagnóstico ajustado y poder identificar los alérgenos o sustancias causantes de la alergia y evitar o reducir su exposición.

Las **pruebas cutáneas** o **prick test** se pueden practicar a cualquier edad y son sencillas y rápidas de aplicar por profesionales experimentados. 7 días antes de realizarlas el paciente no debe haber tomado fármacos antihistamínicos o antialérgicos.

La prueba se realiza en la cara interna del brazo, donde se aplica una gota de cada alérgeno a estudiar y, posteriormente, con una lanceta de un solo uso, se procede a una punción superficial. Transcurridos quince minutos, puede pasarse a valorar los resultados en función del diámetro de las pápulas que se formen.

Un resultado positivo no confirma por él mismo ser la causa de los síntomas que el paciente padece. Por ello, con los resultados de estas pruebas, se realiza el **RAST** o **prueba sanguínea**.

El alérgeno puede ser uno o más alimentos, pólenes, ácaros, o plumas o pelos de animales. Cuando no es posible evitar la exposición al alérgeno, y también si no se consigue el control de los síntomas con fármacos, está indicado el tratamiento mediante vacunas específicas individualizadas para cada paciente.

4.- Recuerde

- 👉
- La rinitis alérgica, el asma y la dermatitis atópica son enfermedades que afectan a las actividades diarias de quien las padece, teniendo un profundo impacto en su calidad de vida.
 - Es fundamental **intentar evitar en lo máximo posible el contacto con los alérgenos** que la provocan.