

En el mes de la primavera es común que aparezcan los cuadros de alergias provocados por factores ambientales, entre otros. Es por eso que, como cada año la Ciudad celebra la Semana de la Rinitis Alérgica.

El Servicio de Alergia del Hospital Argerich aprovecha para difundir su programa Las Cuatro Estaciones, un plan estratégico para combatir las alergias durante todo el año.

{youtube}vjrgtLT1neo{/youtube}

Todas las personas que tengan estornudos, congestión nasal, picazón de nariz, ojos y piel, como así también falta de aire y ronchas, pueden participar inscribiéndose desde este 20 de septiembre hasta el 21 de octubre en el servicio de alergia del Hospital General de Agudos Dr. C. Argerich (Pi y Margall 750, Boca).

Las Cuatro Estaciones es parte de un programa educativo en alergia y enfermedades respiratorias, llamado PRO.ALAS.ER (Programa de Alergia, Asma y Enfermedades Respiratorias).

¿Qué es la alergia?

La alergia es una reacción de hipersensibilidad a una sustancia particular que si se inhala, se ingiere o se toca, produce síntomas característicos. Es una respuesta anormal, inadaptada y exagerada del organismo a sustancias que comúnmente son bien toleradas. Los síntomas principales son estornudos, picazón de nariz, falta de aire, tos, picazón de ojos, prurito o ronchas y urticarias.

"Si bien las cifras no son exactas, a través de estudios que se hicieron se calcula que el 10 % de la población de la Ciudad de Buenos Aires es alérgica", apuntó el Dr. Darío Colombaro (MN 65951), jefe del servicio de Alergia del Hospital Argerich y Coordinador de la Red de Alergia y Asma de los hospitales porteños. Entre ellos, "el mayor porcentaje se lo lleva la población

pediátrica", continuó.

Existen distintos tipos de alergias. Las más frecuentes son a los ácaros del polvo doméstico, a alimentos, a las picaduras de ciertos insectos, a los animales, a los hongos y a los metales (principalmente al níquel, presente en casi todos los metales considerados no nobles) y, sobre todo en esta época del año, al polen (polinosis).

Una vez detectado y diagnosticado el alergeno (sustancia que provoca la reacción) existen tratamientos que, si se cumplen según la prescripción médica, son muy eficaces. Pero ¿qué pasa ante una crisis alérgica o cuando la persona aún no sabe que es alérgico ni a qué? La respuesta más acertada es acudir siempre a un profesional. Para eso, además de la red de hospitales públicos, la Ciudad de Buenos Aires cuenta con Centros de Salud Nivel 1 a mano de todos los vecinos.

Estos centros implementan programas de atención y prevención en conjunto con la comunidad, según los principios de la atención primaria de la salud. Están conformados por equipos interdisciplinarios que brindan atención médica y de enfermería, entre otros servicios.

También se aplican vacunas y se entrega, en forma gratuita, medicamentos necesarios para los tratamientos indicados y leche en polvo para embarazadas y niños menores de 6 años como refuerzo nutricional.

También se puede acudir a los hospitales públicos de la Ciudad para realizar una consulta con un especialista durante todo el año.

Los hospitales porteños que pertenecen a la Red de Alergia y Asma son el Álvarez, Argerich, Durand, Elizalde, Fernández, Gutiérrez, Penna, Piñero, Pirovano, Ramos Mejía, Rivadavia y Santojanni.

Cómo prevenir las reacciones alérgicas

Lo más importante es el control del medio ambiente tanto dentro como fuera del hogar.

En el hogar:

- Mantener la casa limpia y ventilada.
- Evitar la humedad.
- En lo posible, utilizar cubre colchón y cubre cama y lavarlo una vez por semana.
- Evitar el uso de alfombras.
- Evitar el contacto con mascotas.
- Evitar fumar dentro del domicilio. Es el principal causante de bronco espasmos en los niños.

Fuera del hogar:

- Usar anteojos.
- Si se es alérgico, evitar las salidas entre las 5 y las 8, y entre las 19 y las 23, que es el horario de mayor concentración de polen y smog.