

¿Qué es la alergia estacional?

• ¿Qué es la alergia estacional?

La alergia es una reacción del sistema inmunológico de una persona hacia sustancias generalmente inocuas llamadas alérgenos y que en la mayoría de las personas no causan ningún problema. El polen es un alérgeno que por inhalación puede desencadenar una rinitis alérgica en la primavera. Una reacción similar ocurre con la alergia al moho, la caspa de animales, el polvo y otros alérgenos que se inhalan.

• ¿Cuáles son los síntomas?

Los síntomas suelen ser:

- Picazón en la nariz, la boca, los ojos, la garganta, la piel o en cualquier área
- Problemas con el olfato
- Rinorrea
- Estornudos
- Ojos llorosos

• Consejos saludables:

- Mantenga cerradas las ventanas de la casa especialmente en las horas de sol.
- Mantenga cerradas las ventanillas del coche.
- Utilice gafas de sol al salir a la calle.
- Disminuya las actividades al aire libre, sobre todo, al atardecer, en zonas verdes, días secos, soleados y con viento.
- No corte el césped ni se acerque cuando esté recién cortado.
- No seque la ropa en el exterior en días de recuento alto de polen.
- Tome la medicación según las pautas prescritas por los profesionales sanitarios. Recuerde que los fármacos antihistamínicos pueden producir somnolencia y que los descongestionantes nasales no se debe utilizar más de tres días consecutivos.