

## ALERGIA A PÓLENES



Iniciaron las lluvias de la temporada, y con ellas generalmente vienen las condiciones propicias para que germinen, desarrollen y florezcan una gran variedad de plantas propias de la región, como las malezas y zacates silvestres, las cuales al iniciar la floración, en aproximadamente un mes más, liberarán una cantidad muy grande de partículas polínicas al aire (con las cuales se reproducen), iniciando así un período de aproximadamente 3 meses de temporada "polínica".

Típicamente en nuestro medio, existen dos temporadas de lluvias; las de invierno, y las de verano, con lo cual resultan dos temporadas de alta polinización, que coinciden más ó menos con la primavera (marzo a mayo) y con el otoño (septiembre a noviembre).

Es debido a ésta gran concentración de pólenes en el aire lo que hace que las personas con una predisposición alérgica hereditaria ( se hereda la facilidad para sensibilizarse), tengan mayor posibilidad de sensibilización en éste tiempo, ó si ya se ha "alergizado", iniciarán su calvario, con síntomas oculares (conjuntivitis "primaveral"), síntomas nasales (rinitis ó sinusitis), ó síntomas bronquiales (bronquitis alérgica ó Asma Bronquial).

La mayoría de la gente le achaca sus molestias "al cambio de clima", sin embargo, la temperatura y humedad ambiental no causan alergia en sí, pero sí influyen directamente en la concentración de éstos pólenes en el aire en un momento determinado.

Los síntomas en éstos individuos, niños ó adultos, pueden ser de intensidad y duración muy variados, dependiendo de su grado de alergia, llegando a ser en algunos casos muy severos, que ameriten incluso hospitalizaciones frecuentes ó prolongadas.

Se estima que aproximadamente el 10 a 15 % de la población, en nuestro medio padece algún grado de alergia respiratoria, y la mayoría de éstos serán sensibles a pólenes de malezas, zacates ó árboles, independientemente de otros tipos de "alergenos".



Desgraciadamente, a pesar de lo frecuente de éste problema, ó incluso a pesar de lo intenso de las molestias, mucha gente no sabe que tiene Alergia, y se trata como si fueran "resfriados" ó infecciones respiratorias, manejadas muchas de las veces con antibióticos, muchas veces auto-recetados incluso, con pobres ó nulos resultados por consecuencia, y

con riesgos reales de complicaciones serias.

Así que, si Ud. ó sus hijos suelen tener síntomas oculares, nasales ó bronco-pulmonares frecuentes ó continuos con un franco predominio en los "cambios" de temporada, y si a eso le añade una historia familiar de sinusitis, bronquitis, conjuntivitis ó Asma, lo más probable es que sufra de "polinosis" ó alergias respiratorias inducidas por pólenes, por lo que deberá comentar ésta posibilidad con su médico ó directamente con el especialista, el cual podrá confirmar ó descartar ésta posibilidad mandándole a hacer exámenes sencillos, que la mayoría de los laboratorios actuales pueden realizar.

Una vez confirmada ésta sospecha, su médico podrá apoyarse en un especialista en Alergias para poder establecer las causas específicas en cada caso, para darle a conocer su pronóstico y decidir cual es la mejor estrategia general de tratamiento en las temporadas malas ó en el largo plazo.

Actualmente es posible una curación real y definitiva de muchos de los problemas alérgicos respiratorios, si son tratados en una forma adecuada. No tiene por que afectar su calidad de vida, ni mantener un riesgo alto de complicaciones serias, ni tiene porqué padecerla por tanto tiempo.

En caso necesario, su Alergólogo puede ampliarle ésta información

**Colegio Mexicano de Pediatras Especialistas en  
Inmunología Clínica y Alergia  
Comité de Rinitis Alérgica**

Para más información sobre este tema, acuda a la sección "comités" para encontrar un especialista quien lo orientará debidamente.