

## Rinitis alérgica

Es una inflamación de todo el tejido que recubre la mucosa nasal. Es una enfermedad frecuente, ya que se calcula que esta presente en el 20% de la población nacional. Y aproximadamente la mitad son alérgicas.

Es así que alrededor del 10% de la población infantil y el 20% de los adolescentes tiene alguna forma de rinitis alérgica. En el caso de los asmáticos acompaña alrededor del 75%, sin embargo es una afección que muchas veces no se diagnostica o se maneja mal.

En el caso de la alergia estacional se observa en un rango que va entre el 5 al 9% de la población infantil, y es muy poco frecuente en el menor de 5 años. En el caso de la perenne es una enfermedad aislada poco frecuente alrededor del 3% de los niños sin embargo su frecuencia aumenta cuando va asociada al asma.

Se caracteriza por uno o más de los siguientes síntomas:

- Obstrucción nasal.
- Rinorrea o goteo por la nariz.
- Estornudos.
- Congestión de conjuntiva, ojos enrojecidos o llorosos.
- Prurito o picazón en la nariz, oídos y garganta.

No siendo una afección local, la rinitis contribuye al desarrollo o exacerbación de varias enfermedades respiratorias tales como el asma, sinusitis crónica, otitis medias con efusión y pólipos nasales.

**Las alergias son increíblemente comunes.** Si la alergia molesta a la persona durante cierta época del año, como en primavera cuando los árboles empiezan a florecer, hablaremos de fiebre del heno o rinitis alérgica estacional. Sin embargo si la alergia acompaña al paciente durante todo el año hablaremos de rinitis alérgica perenne.

Lo que está claro, que yo no se debe sufrir en silencio, los nuevos medicamentos ya no tienen esos efectos colaterales que hacían peor el tratamiento que la enfermedad.

Deberá trazarse un plan para mantener la rinitis bajo control.

La alergia es una sensibilidad exagerada a una sustancia llamada alérgeno. En el caso de las rinitis alérgicas son comúnmente causada por uno o más de los siguiente cuatro grupos o tipos de alérgenos:

- Polen.
- Polvo de las casas.
- Humedad.
- Animales.

En el caso del polen es un problema que se encuentra solo durante ciertos periodos del año, generalmente provoca alergia nasal estacional. En cambio el polvo de habitación, humedad y los animales están presentes durante todo el año y generalmente causan alergia perenne.

Las plantas se reproducen trasladando pequeños granos de polen de planta en planta. A veces este es trasladado por la abejas y otras es trasladados por el viento. Es este último el que provoca alergia nasal. La cantidad de polen en el aire es muy variable con el clima.

Existe polvo en el interior de las casa. Polvos en las repisas o el que se ve flotando en el reflejo del sol, existe en el interior de las casa.

Este polvo contienen pequeños bichos, llamados ácaros del polvo. Los excrementos de estos bichos son la causa más común de alergia nasal.

Los irritantes ( humo de cigarrillo, perfumes, desodorantes en spray, el humo de las estufas a leña o chimeneas, los contaminantes de los autos y olores fuertes etc..) empeoran la alergia. Aunque los irritantes no provocan directamente alergia nasal pueden aumentar las molestias en la nariz y empeorar los síntomas.

▣ A los hongos les gusta la oscuridad y las áreas húmedas. Generalmente se desarrollan en los baños, subterráneos, refrigeradores y en la tierra de las plantas de interior. Los hongos se reproducen lanzando pequeños granos al aire, llamados esporas. Si respiramos esporas, nos pueden causar una reacción alérgica nasal.

▣ Las mascotas como gatos, perros, pájaros, caballos y conejos son causas comunes de alergia nasal. La escama de la piel (caspa), la saliva que dejan en los pelos cuando los animales se limpian, orina y las plumas de los pájaros son sustancias que causan alergia nasal.

Cuando se sufre alergia, el cuerpo confunde a los productos como enemigos que deben ser destruidos. Cuando el cuerpo ataca a estos alérgenos, las vías de aire dentro de la nariz se inflaman y congestionan, y esto es lo que causa los síntomas nasales. Los alérgenos también pueden causar síntomas en otras partes del cuerpo, como ojos oídos y pulmones.

Esto se traduce en que los tejidos de los senos nasales al inflamarse producen mayor cantidad de líquido causando dolor y molestia. La nariz aumenta la producción de mucus, obstruyendo el paso del aire y provocando goteo nasal. El mucus gotea hacia la garganta. Lo que provoca la picazón. El tejido nasal se inflama disminuyendo el paso del aire (congestión nasal).

Dependiendo de los resultados de la evaluación de los síntomas y del examen físico, uno como médico propondrá un plan de tratamiento. Este plan incluirá medicamentos, formas de evitar los alérgenos más comunes y algunos exámenes.