



ALERGIAS EN LOS NIÑOS



Las alergias son una condición con la cual se nace (genético) y se desarrolla durante cualquier etapa de la vida y pueden ser generadas por diferentes estímulos.

Miguel Ruíz Fernández
Alergólogo Pediatra
Hospital del Niño y el Adolescente Morelense

Las gripas frecuentes, congestión de la nariz acompañado de ronquido y respirar por la boca, el estreñimiento, los cólicos ó diarreas frecuentes, ronchas en el cuerpo con la hinchazón en el rostro, son algunos síntomas que podrían ser señales de alergias digestivas, respiratorias o cutáneas en los menores de edad.

Las enfermedades alérgicas como el asma, la rinitis, la irritación, la anafilaxia, urticaria, alergia a los alimentos e insectos se han incrementado en los últimos años.

De acuerdo a registros del Hospital del Niño y Adolescente Morelense en 2016 registró más de mil 197 consultas externas en el área de alergología e inmunología.

Las alergias más frecuentes de los pacientes son a la proteína de la leche de vaca (debido a que los menores la consumen a temprana edad), así como otros alimentos: soja, proteína de huevo, frutas y vegetales.

En tanto que los alérgenos inhalables como el ácaro del polvo y peluches, cucarachas, pólenes y pelo de animales como perro y gato por mencionar algunos, son la causa

mas frecuente de rinitis alérgica y asma en los infantes y esto depende de la susceptibilidad que tenga cada niño a desarrollar una enfermedad alérgica,

En este periodo de invierno se incrementan los eventos de cuadros respiratorios agudos. Por las bajas temperaturas y la gran diversidad de virus que se presentan en forma estacional como lo es el caso de la Influenza.

Por lo que se recomienda a la población infantil con alergia, evitar los cambios bruscos de temperatura, abrigarse bien, protegerse con uso de bufanda o cubrebocas en los trayectos a la escuela, consumir abundantes líquidos y alimentos ricos en vitamina C como naranja, mandarina, guayaba, por mencionar algunos. Aplicar su vacuna de influenza estacional, ya que en los pacientes asmáticos conlleva un riesgo mayor de complicaciones el presentar la enfermedad.

También es muy importante el evitar cualquier tipo de humo (tabaco pasivo de padres o familiares, quemar basura, fogones, entre otros). Al presentar un cuadro respiratorio agudo acudir a su centro de atención más cercano o correspondiente de su comunidad para ser valorado y atendido oportunamente así se evitan complicaciones graves.

Las enfermedades alérgicas como el asma, la rinitis, la irritación, la anafilaxia, urticaria, alergia a los alimentos e insectos se han incrementado en los últimos años.

Las alergias son una condición con la cual se nace (genético) y se desarrolla durante cualquier etapa de la vida y pueden ser generadas por diferentes estímulos.

La alergia es una reacción de defensa del organismo contra sustancias externas que penetran en el cuerpo. Esas sustancias pueden penetrar por el aparato digestivo, a través de alimentos o medicamentos, por el aparato respiratorio (inhalantes), absorbidas por la piel, o atravesando la piel con inyecciones o picaduras.

Es importante que los bebés consuman leche materna por los menos durante los primeros seis meses de vida, porque este alimento natural genera anticuerpos, proteínas y ayuda a madurar el intestino y a que su organismo genere mecanismos de defensa.

De preferencia los menores con riesgo de alergia deben consumir huevo después del primer año de edad y a partir de los tres años de edad pueden comer pescado, chocolate, fresa y aquellos alimentos que sabemos son comunes de alergias.

Es muy importante no automedicar a los niños, y estar atentos a los síntomas que presentan para solicitar en forma oportuna la valoración por el especialista y poder dar una buena calidad de vida a nuestra población infantil del estado de Morelos.

De preferencia los menores con riesgo de alergia deben consumir huevo después del primer año de edad y a partir de los tres años de edad pueden comer pescado, chocolate, fresa.