

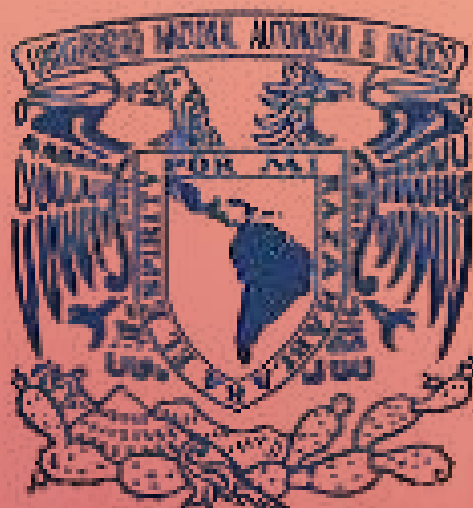
EN ESTA PANDEMIA HABLEMOS SOBRE.....

ALERGIAS

SÍNTOMAS, DIAGNÓSTICO, FACTORES DE RIESGO Y MEDIDAS DE PREVENCIÓN



**DIRECCIÓN GENERAL DE PERSONAL
DIRECCIÓN DE LOS CENDI Y JARDÍN DE
NIÑOS**



ESTIMADAS MADRES USUARIAS

A pesar de la separación que tenemos que vivir por la pandemia por COVID-19, la Dirección General de Personal y la Dirección de los CENDI y Jardín de Niños a través de la Coordinación Médica tiene el gran interés de que exista comunicación permanente a través de los medios digitales con el fin de poner a su disposición información relevante de enfermedades que involucran a los niños y niñas de los CENDI y Jardín de Niños, para que si usted en casa detecta síntomas o signos característicos de las enfermedades mencionadas acudan al ISSSTE para una valoración y diagnóstico oportunos.



INTRODUCCIÓN

En la última década a nivel mundial ha surgido un gran avance médico en el estudio de la alergología (rama de la medicina encargada del diagnóstico y tratamiento de la patología alérgica producida por mecanismos inflamatorios e inmunológicos) lo cual ha permitido identificar y tratar de manera adecuada las alergias con el fin de evitar afectación al estado nutricional en los niños, trastornos alimenticios o aplicación de medicamentos innecesarios.



¿Qué es un alérgeno?

Es cualquier sustancia capaz de provocar una reacción exagerada (hipersensibilidad) en el organismo generando que ciertas células del cuerpo (mastocitos, eosinófilos y blastocitos) identifiquen como "extraña" esa sustancia desencadenando la liberación de anticuerpos (IgE) y la aparición de síntomas.



¿Cuáles son los principales alérgenos alimentarios?

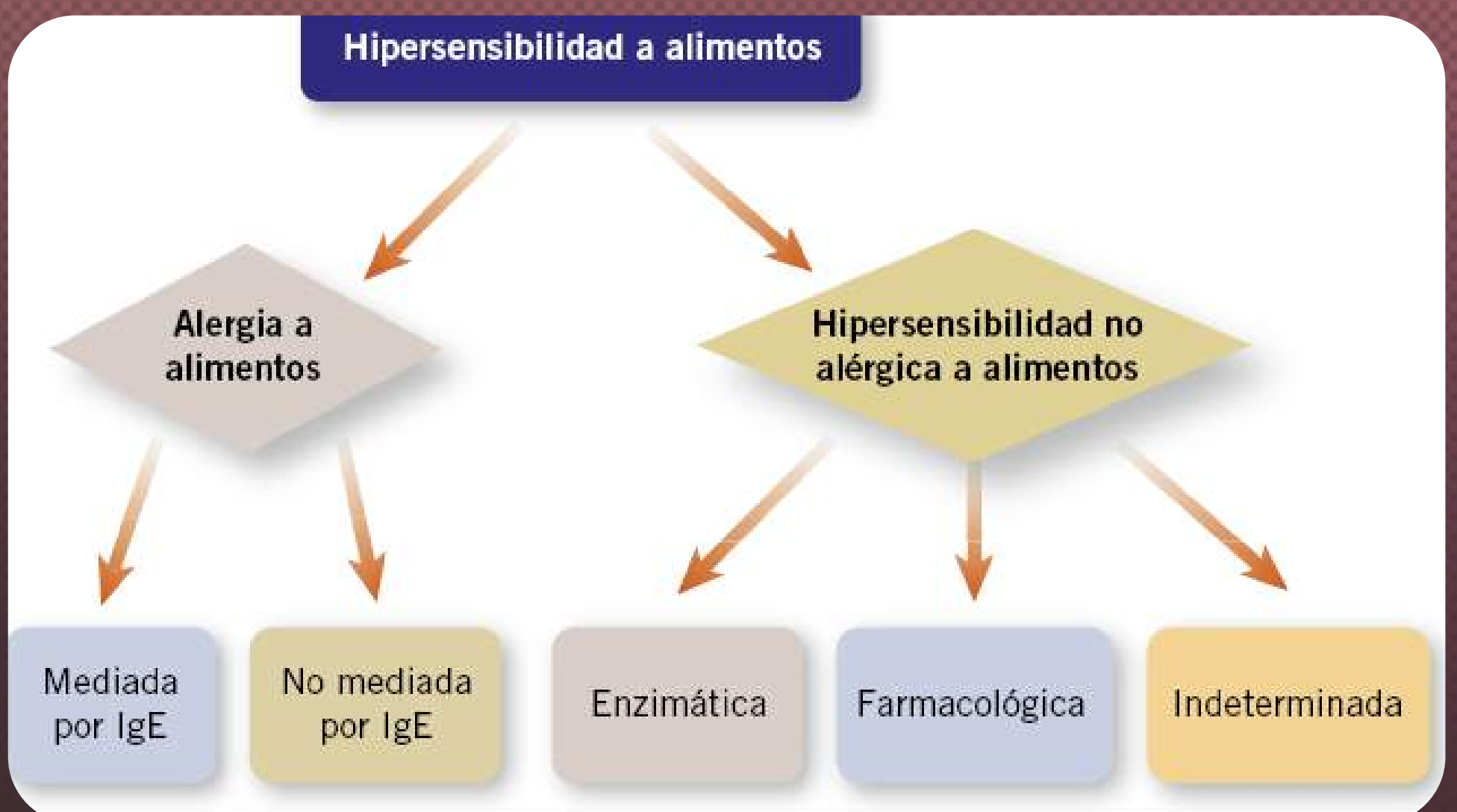


Factores de Riesgo para desarrollar alergias

- *Padres con atopias (reacciones alérgicas).*
- *Asma.*
- *Rinitis alérgica.*
- *Introducción tardía de alimentos sólidos.*
- *Prematurez.*
- *Desnutrición.*
- *Nula o escasa lactancia materna.*
- *Inmunocomprometidos (capacidad pobre para combatir infecciones).*



Clasificación



¿Cómo reconocer alergias?



Fiebre del heno o rinitis alérgica:

- ▶ Estornudos
- ▶ Picazón en nariz, ojos o paladar
- ▶ Secreción o congestión nasal
- ▶ Ojos llorosos, irritados o hinchados



Alergia alimentaria:

- ▶ Hormigueo en la boca
- ▶ Hinchazón en labios, lengua, rostro o garganta
- ▶ Urticaria



Alergia por una picadura de insecto:

- ▶ Gran hinchazón en la picadura
- ▶ Picazón o urticaria en todo el cuerpo
- ▶ Tos, opresión en el pecho, sibilancia o falta de aire



Alergia a un medicamento:

- ▶ Urticaria
- ▶ Erupción cutánea
- ▶ Hinchazón en la cara
- ▶ Sibilancia

Choque anafiláctico

Las reacciones anafilácticas consisten en prurito y eritema generalizado, malestar general, urticaria, dificultad respiratoria, obstrucción bronquial y de las vías aéreas altas e hipotensión. También puede haber síntomas gastrointestinales como náuseas, vómitos y dolor abdominal. El choque anafiláctico es un diagnóstico de **urgencia**

Reconoce sus signos y síntomas:



Pérdida del conocimiento



Caída de la presión arterial



Grave dificultad para respirar



Náuseas y vómitos



Aturdimiento



Pulso rápido y débil



Erupción cutánea

Diagnóstico

El diagnóstico de alergias se realiza mediante una historia clínica detallada, la exploración física del paciente y se requiere apoyarse en pruebas de laboratorio (pruebas cutáneas o de parche).

Interrogatorio o
Historia Clínica

Tabla 5. Datos fundamentales de la anamnesis

Referentes al cuadro clínico	<ul style="list-style-type: none">• Síntomas (los descritos como frecuentes)• Tiempo de aparición de los síntomas (la reacción inmediata o en menos de 1 h es propia de alergia a alimentos)• Gravedad• Frecuencia• Tiempo transcurrido desde el último episodio
Referentes al alimento	<ul style="list-style-type: none">• Identificación del alimento• Estado del alimento (crudo, cocinado, completo o parte, etc.)• Cantidad ingerida• Tolerancia previa y/o posterior (descubre sensibilizaciones ya superadas)• Reacciones cruzadas• Alimentos ocultos y contaminantes (alimentos enmascarados, especias, aditivos, alérgenos no alimentarios, etc.)
Referentes al paciente	<ul style="list-style-type: none">• Edad actual y comienzo de sintomatología• Circunstancias acompañantes (estado de salud, tratamientos farmacológicos, momento de la reacción, etc.)• Antecedentes personales y familiares• Factores de riesgo (exposición temprana a alérgenos alimentarios, exceso de alimentos potencialmente antigénicos)



Pruebas cutaneas

Durante las pruebas cutáneas para detectar alergias, la piel se expone a supuestas sustancias que causan alergia (alérgenos), y luego se observa para detectar signos de una reacción alérgica.

PRUEBA CUTÁNEA DE ALERGIA

1 Se aplican varias gotas de extractos alérgicos glicerinados en la epidermis del antebrazo o espalda del paciente. La aplicación se realiza siguiendo un orden y técnica adecuada.

SPITAL

2 Se pincha encima de cada gota con una aguja o lanceta para que las soluciones penetren la piel y se deja transcurrir de **15 a 20 minutos** para ver la reacción de la piel.

3 Una reacción POSITIVA consiste en la aparición de una roncha (pápula) mayor a 3 mm y el enrojecimiento en la zona donde fue aplicado el alérgeno.



Como prevenir una reacción alérgica

- Evita estar expuesto al humo de tabaco.
- Evita estar en contacto con los alérgenos.
- Cúbrete del frío para evitar infecciones respiratorias.
- Aléjate las sustancias irritantes.
- En caso de que sea necesario usa tu broncodilatador.
- Evita la acumulación de ácaros (quita peluches, alfombras y cortinas).



¿Cómo saber si los alimentos contienen alguna sustancia alérgena para mi hijo?

Para ayudar a la población a evitar los riesgos que representan los alérgenos alimentarios, la FDA crea la Ley sobre el Etiquetado de Alérgenos Alimentarios y Protección al Consumidor en el 2004 (FALCPA), esta ley promueve informar sobre los principales 14 alérgenos alimentarios más frecuentes.



En caso de que su hijo presente reacciones alérgicas o síntomas ante el consumo de ciertas sustancias o exposición a alérgenos, le sugerimos acudir a su clínica del ISSSTE en donde se confirmará el diagnóstico y se le otorgará el tratamiento adecuado.



**¡Porque la UNAM
no se detiene!**

BIBLIOGRAFÍA

- GPC. Diagnóstico y tratamiento de alergia alimentaria. Disponible en: <http://www.imss.gob.mx/sites/all/statics/guiasclinicas/495GRR.pdf>.
-
- FDA. Hechos sobre alimentos. Disponible en: <https://www.fda.gov/media/79994/download>