



viva bien, trabaje bien

Consejos de salud y bienestar para su trabajo, su hogar y su vida patrocinados por los especialistas en seguros y cuidado de la salud de Bouchard Insurance.

## Salud infantil: alergias

La alergia se produce cuando el sistema inmunológico de una persona responde de forma anormal ante una sustancia generalmente inocua. En la mayoría de las personas afectadas, las alergias primero aparecen durante la niñez.

### Factores de riesgo

Si bien cualquier niño puede desarrollar alergias, existen factores que aumentan el riesgo. Los antecedentes familiares juegan un papel importante en la tendencia de un niño a ser alérgico. Además, las hormonas, el estrés, el cigarrillo y otros factores ambientales pueden influir.

### Alergias comunes

Entre las alergias infantiles comunes se incluyen las siguientes:

- *Rinitis alérgica* (conocida comúnmente como fiebre del heno): se produce por la inhalación de polen u otros alérgenos; puede ser estacional o presentarse todo el año
- *Dermatitis atópica* (eccema): erupción cutánea con picazón
- *Alergias a los alimentos*: los alimentos comunes que producen alergias en los niños son los maníes, los huevos y la leche; en ocasiones, los niños superan estos tipos de alergias
- *Medicamentos*
- *Aguijones de insectos*

### Reacciones alérgicas

Los síntomas de una reacción alérgica varían de una persona a otra. En el caso de los alérgenos de la piel o los que se inhalan, los síntomas comunes son:

- Picazón, lagrimeo
- Mucosidad o estornudos

- Sentirse cansado o enfermo
- Erupciones o urticaria

Las alergias a los alimentos o los medicamentos pueden producir calambres, vómitos, inflamación en la boca o la garganta, picazón en la piel, sibilancias y urticaria. Los aguijones de insectos con frecuencia producen inflamación, picazón, enrojecimiento y dolor.

Los ejemplos anteriores son las alergias y los síntomas más comunes, pero recuerde que cualquier cantidad de sustancias puede producir alergias, con una gran variedad de posibles síntomas.

### Anafilaxia

La reacción más grave a un alérgeno se denomina anafilaxia. Esto puede ocurrir en cualquier tipo de alergia, pero los niños con alergia a los maníes o aguijones de insectos pueden ser particularmente vulnerables. La anafilaxia es una reacción que pone en riesgo la vida, con síntomas como urticaria en todo el cuerpo, dificultad para respirar, hormigueo en la piel y pérdida del conocimiento. Este tipo de reacción ocurre casi inmediatamente después de la exposición al alérgeno, y requiere atención médica de emergencia.

### Diagnóstico y tratamiento

Observe en su hijo los síntomas anormales, particularmente si ocurren después de comer o tomar medicamentos, después de ser picado por un insecto con aguijón, o al estar expuesto a los posibles alérgenos en espacios cerrados o al aire libre. Si sospecha que su hijo tiene una alergia, consulte al médico. El médico puede realizar una prueba cutánea, de sangre u otras pruebas para identificar la posible alergia.

Si a su hijo se le diagnostica una alergia, aprenda todo lo posible sobre ello de modo que pueda adaptar el estilo de vida de su familia para evitar los desencadenantes de las alergias. Si su hijo es propenso a las reacciones graves, alerte a la familia, los amigos y la escuela o el proveedor de cuidados infantiles, y procure que su hijo use un brazalete de alerta médica en todo momento.



## ¿Sabía usted que...?

En el caso de las personas que son propensas a sufrir reacciones alérgicas graves, el médico puede recetar un autoinyector de epinefrina. Esto puede ayudar a reducir los síntomas graves si se administra inmediatamente después de la exposición al alérgeno, pero aun así debe buscarse atención médica.