



Según los especialistas, ser alérgico a algo es cada vez más normal. La alergia es una enfermedad causada por unas sustancias que nuestro organismo reconoce como extrañas y ante las cuales reacciona, manifestándose a través de erupciones y sarpullidos en la piel y alteraciones en el sistema respiratorio. Se trata del trastorno inmunológico más frecuente entre los humanos.

# INSUFRIBLE ALERGIA

Begoña Kapape

Una alergia es una reacción desproporcionada del sistema inmunitario ante una sustancia que es inofensiva para la mayoría de la gente. Pero en una persona alérgica el sistema inmunitario trata a la sustancia, denominada alérgeno, como un invasor y reacciona de manera inapropiada, provocando síntomas que pueden ir desde molestias leves a problemas que pueden poner en peligro la vida de la persona.

La tendencia a padecer alergias suele tener una base hereditaria, lo que significa que se puede transmitir de padres y madres a hijos e hijas a través de los genes. De todos modos, el hecho de que alguien sea alérgico no significa que todos sus descendientes tengan que desarrollar la enfermedad.

Algunas de las sustancias más habituales que producen esta hipersensibilidad son aerotransportadas, es decir, transportadas por el aire. De entre ellas, las más habituales son los ácaros del polvo, el polen, el moho y las sustancias procedentes de ciertos animales. Algunos alimentos tampoco se escapan a la hora de

ocasionar desagradables reacciones, sobre todo entre la población infantil. Nos referimos a los huevos, el pescado, la leche, los cacahuetes, el marisco, la soja, los frutos secos y el trigo. Algunos medicamentos, las picaduras de insectos y ciertas sustancias químicas también suelen originar reacciones alérgicas.

Para dictaminar si una persona es alérgica, se ha de realizar un estudio con el fin de conocer sus hábitos y su entorno y poder así enumerar y cuantificar los alérgenos a los que puede estar expuesto. Estos datos se ratifican a través de las distintas pruebas que desvelarán aquellas sustancias a las que se es más sensible.

Existen varios tratamientos posibles como son las medidas higiénico dietéticas — evitar el contacto o el consumo de la sustancia que causa la alergia — los fármacos y por último tendríamos la vacunación.

Hay que tener en cuenta que algunas alergias pueden llegar a ser muy peligrosas, suponiendo un riesgo para la vida del paciente. En su faceta menos peligrosa,

pueden llegar a ser realmente incómodas y empeorar considerablemente la calidad de vida de quien las padece. Por eso, a la más mínima sospecha de sentir ciertas reacciones, lo más indicado es ponerse en manos de un especialista, con el fin de que nos indique el tratamiento a seguir.

La medicina tradicional es la alternativa a la que se acude normalmente, sin embargo, existen otras opciones que pueden resultar para algunos tan o más efectivas que la tradicional y que están cobrando gran importancia en el mundo occidental. Además, el número de enfermedades que se pueden tratar con terapias alternativas ha aumentado y los métodos técnicos han mejorado, por lo que esta clase de medicina basada en tratamientos antiguos se ha convertido en un redescubrimiento moderno. Aunque muchos duden de su efectividad se ha comprobado que tiene múltiples bondades terapéuticas. Entre estas alternativas podemos mencionar la homeopatía, las plantas medicinales, las flores de Bach y la acupuntura. **F**