Existen diversos estudios que demuestran que el cambio climático provocó el aumento de polen en el aire y alargó su temporada. “Esto da la impresión de que las alergias han empeorado. Además, se adelantaron en 20 días a lo que normalmente estábamos acostumbrados y se ha prolongado también su duración”, asegura la **Dra. María de los Ángeles Contreras, inmunóloga de Clínica Santa María.**

Clásicamente, agosto y septiembre eran los meses en que se polinizaban los árboles; octubre, noviembre y diciembre, los pastos; y diciembre, enero, febrero, las malezas. El panorama actual de la polinosis y de las alergias estacionales ha cambiado.

Anuncio Patrocinado

PERMISO
CIRCULACIÓN
Segunda cuota
Paga en línea:
www.muninogales.cl
📢 Recuerda que hasta el 30 de agosto tienes plazo para pagar la segunda cuota de tu permiso de circulación 2025.
Te informamos de los horarios de atención en la Unidad de Tránsito. (Interior Edificio Municipal)
📅 Martes 26 al viernes 29 de Agosto:
🕘09:00 - 13:30 horas.
📅 Sábado 30 de Agosto: 🕘09:00 - 13:30 horas.
También puedes realizar el trámite en www.muninogales.cl
Nogales
MUNICIPALIDAD

El **Dr. Ramón Readi, otorrinolaringólogo de Clínica Dávila y Dávila Vespucio,** aclara: “En el caso de las alergias respiratorias ha habido un aumento progresivo. Una de las teorías tiene que ver con el calentamiento global, que va aumentando la temperatura y al haber ambientes más secos, más calurosos, aumentan las probabilidades de presenciar alérgenos flotando en el ambiente. El otro tema que también ocurre en Chile es la existencia de paisajes con monocultivo -como lo que ocurre con el plátano oriental- y eso es conocidamente muy alergénico y tiende a producir más prevalencia de estos cuadros”.

¿Cuáles son las enfermedades alérgicas más recurrentes en el país?

La **Dra. Macarena Sobarzo, inmunóloga de Clínica Ciudad del Mar** explica que las patologías más frecuentes entre los chilenos son las alergias respiratorias como rinitis y asma, siendo ambas de carácter estacional. “Dentro de los alérgenos más habituales se encuentran los ácaros del polvo, pólenes de árboles como el plátano oriental, malezas y pastos”, agrega.

Asimismo, el **Dr. Jorge Yáñez, broncopulmonar de Clínica Biobío**, detalla que, desde la perspectiva respiratoria, se presenta congestión, estornudos y picazón en la parte nasal. Además, si existen patologías como el asma, puede haber mayor sintomatología si no se realiza un adecuado control de la vía aérea superior, en este caso de la nariz.

¿Quiénes son los más afectados?

Este tipo de alergias de primavera y verano, en general, se presentan en un 20% a un 25% de la población mundial. La **Dra. Tamara Pérez, inmunóloga de Clínica Biobío,** dice que hay algunos grupos etarios como niños, adolescentes y adultos jóvenes, que suelen ser mayormente afectados. Sin embargo, también aclara que pueden manifestarse a cualquier edad.

“En las alergias respiratorias, siempre existe una predisposición genética. Hay mucha más tendencia a heredarla en el caso de tener a padres con esta condición, es del 50% cuando solo uno lo es y en torno al 80% en el caso de que ambos lo sean”, detalla el doctor Readi.

“Por otro lado, aquellas personas que tienen actividades laborales, deportivas o recreacionales fuera de casa, se ven más afectados por los pólenes”, asegura la especialista.

¿Cómo disminuir los síntomas de la alergia?

Si bien no se puede evitar estar en contacto con estos alérgenos, la inmunóloga de Clínica Santa María entrega algunas pautas para tener menos síntomas.

1. **Consultar al especialista en forma precoz, para iniciar un tratamiento oportuno.**

Además, el experto podría determinar si los pacientes son candidatos a la inmunoterapia, que es una de las medidas más avanzadas y con mejor resultado del último tiempo.

1. **Mantener las ventanas cerradas de la casa y de los autos** en las horas de mayor exposición, que suelen ser a primera hora de la mañana y en la tarde.
2. **Cambiarse de ropa al llegar a la casa y ducharse antes de acostarse.**
3. **Usar anteojos de sol o de vista** para evitar los síntomas de conjuntivitis alérgica.
4. **Evitar colgar ropa al aire libre** para que no se adhiera el polen en las telas.
5. **Utilizar mascarilla N95.** Durante la pandemia se evidenció que esto ayudaba a filtrar el polen.

¿Qué es la inmunoterapia?

La inmunoterapia con alérgenos es un tratamiento de vacunas enfocado a disminuir los síntomas en pacientes diagnosticados de rinitis, asma alérgica o alergia a picaduras de insectos. Puede ser administrado por vía inyectable u oral y puede cambiar la respuesta de los pacientes, fortaleciendo su sistema inmunológico. La **Dra. Macarena Sobarzo,**

inmunóloga de Clínica Ciudad del Mar, asegura que es un procedimiento eficaz que ayuda a lograr la tolerancia a los alérgenos a largo plazo.

y tú, ¿qué opinas?