# Alergias

## Tabla de Contenidos

**1. Descripción  
2. Principales Causas  
3. Síntomas  
4. Pruebas  
5. Tratamiento  
6. Tipos de Alergias  
7. Mapa de Alergias**

## 1. Descripción

Las alergias son una respuesta exagerada del sistema inmunológico a sustancias que normalmente son inofensivas, como el polen, los ácaros del polvo o ciertos alimentos. Estas sustancias, conocidas como alérgenos, pueden desencadenar síntomas que van desde estornudos y picazón hasta reacciones graves como la anafilaxia. El tratamiento adecuado puede reducir significativamente los síntomas y mejorar la calidad de vida de quienes las padecen.

## 2. Principales Causas

a. Exposición a alérgenos: Sustancias como el polen, el polvo, el moho, la caspa de animales o ciertos alimentos pueden desencadenar reacciones alérgicas.  
b. Predisposición genética: Las personas con antecedentes familiares de alergias tienen más probabilidades de desarrollar estas condiciones.  
c. Factores ambientales: La contaminación, el humo del tabaco o las infecciones virales en la infancia pueden aumentar la susceptibilidad a desarrollar alergias.

## 3. Síntomas

a. Congestión nasal y estornudos: Estos son síntomas comunes de la rinitis alérgica, especialmente durante las temporadas de polen.  
b. Picazón: La picazón en la piel, ojos, nariz o garganta es un síntoma característico de las alergias.  
c. Erupciones cutáneas o urticaria: Algunas alergias pueden provocar erupciones o ronchas en la piel.  
d. Dificultad para respirar: En casos graves, las alergias pueden causar asma alérgica, que afecta las vías respiratorias.

## 4. Pruebas

a. Pruebas cutáneas: Se colocan pequeñas cantidades de alérgenos sobre la piel para observar si se produce una reacción. Es una de las pruebas más comunes para detectar alergias.  
b. Análisis de sangre: La medición de anticuerpos específicos (IgE) en la sangre puede ayudar a identificar la presencia de alergias.  
c. Pruebas de provocación: En ciertos casos, se expone al paciente al alérgeno bajo supervisión médica para verificar la respuesta alérgica.

## 5. Tratamiento

a. [Antihistamínicos](https://medlineplus.gov/spanish/ency/patientinstructions/000549.htm): Los medicamentos antihistamínicos bloquean la acción de la histamina, aliviando síntomas como la picazón y los estornudos.  
b. [Corticosteroides](https://medlineplus.gov/spanish/steroids.html): Ayudan a reducir la inflamación y tratar síntomas nasales o cutáneos.  
c. [Inmunoterapia](https://www.cancer.gov/espanol/cancer/tratamiento/tipos/inmunoterapia): Administrar pequeñas dosis del alérgeno ayuda a desarrollar tolerancia.  
d. [Descongestionantes](https://www.farmasoler.com/medicamentos/gripe-y-resfriado/descongestionante-nasal.html): Alivian la congestión nasal temporalmente.  
e. [Epinefrina](https://www.cigna.com/es-us/knowledge-center/hw/epinefrina-ste17650#:~:text=La%20epinefrina%20es%20un%20medicamento,durante%20una%20reacci%C3%B3n%20al%C3%A9rgica%20grave.): En emergencias graves, como la anafilaxia, la epinefrina puede salvar vidas.

## 6. Tipos de Alergias

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Tipo de Alergia | Alergia Alimentaria | Rinitis Alérgica | Alergia por Contacto | Alergia a Medicamentos |
| Síntomas | Hinchazón, urticaria, dificultad para respirar | Congestión nasal, estornudos, picazón en la nariz | Erupciones, enrojecimiento de la piel, picazón | Erupciones cutáneas, fiebre, anafilaxia en casos graves |
| Tratamiento | Antihistamínicos, epinefrina en emergencias | Antihistamínicos, descongestionantes | Cremas corticosteroides, evitar contacto con alérgenos | Interrupción del medicamento, antihistamínicos, epinefrina |

## 7. Mapa de Alergias

Distintos tipos de alergias con sus causantes
