

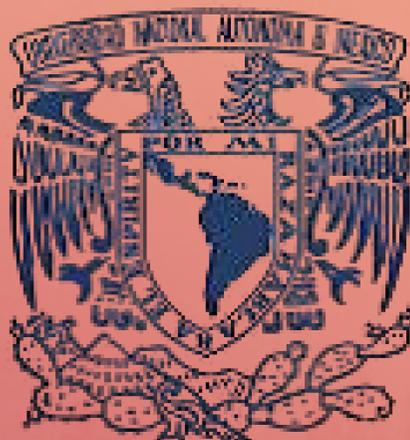
EN ESTA PANDEMIA HABLEMOS SOBRE.....

ALERGIAS

SÍNTOMAS, DIAGNÓSTICO, FACTORES DE RIESGO Y MEDIDAS DE PREVENCIÓN

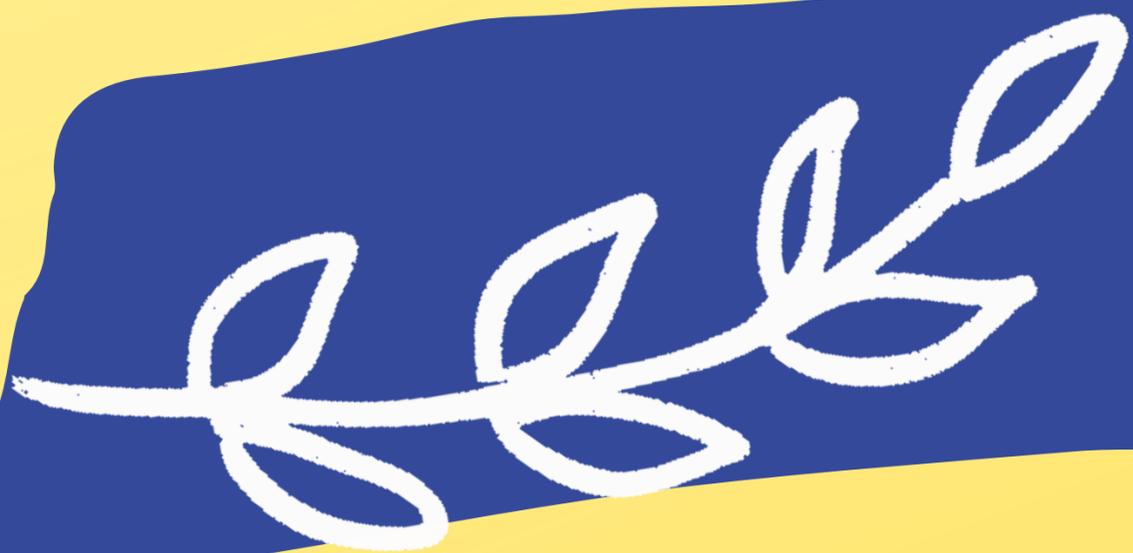


**DIRECCIÓN GENERAL DE PERSONAL
DIRECCIÓN DE LOS CENDI Y JARDÍN DE
NIÑOS**



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?

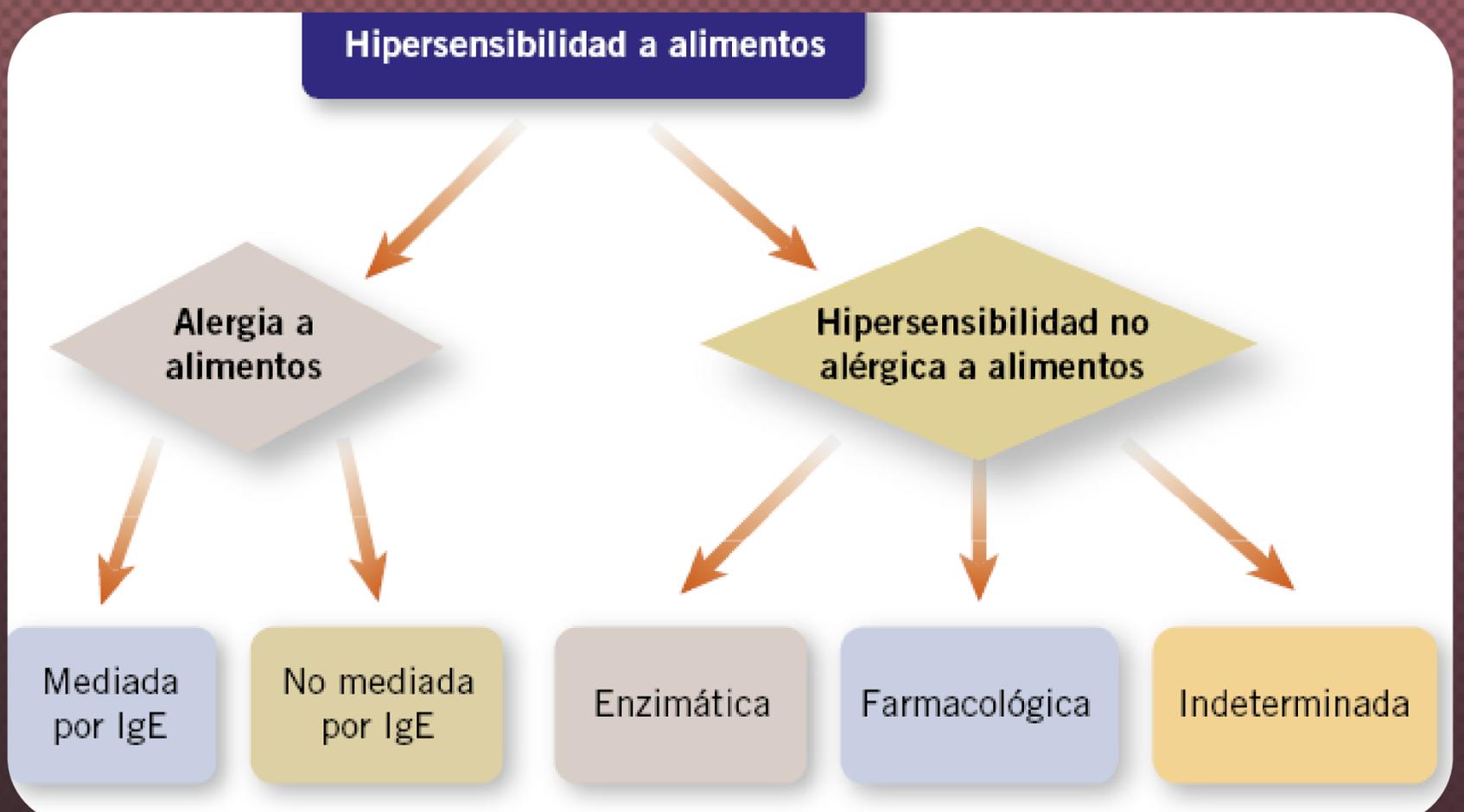


Factores de Riesgo para desarrollar alergias

- *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.



Maní



Nueces



Crustáceos



Moluscos



Pescado



Huevos



Leche



Cereales
conteniendo
Gluten



Soja



Semillas de
Sesamo



Apio



Mostaza



Lupines



Conservante
Dióxido de
Azufre

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>