

¡No te dejes vencer por las alergias!

El 8 de julio se celebra el Día Mundial de la Alergia. Este día tiene como objetivo **crear conciencia sobre las alergias y mejorar la comprensión y el tratamiento de esta afección común.**



¿Qué es una alergia?

Una alergia es una reacción exagerada del sistema inmunológico a sustancias inofensivas, como el polen, los alimentos, los medicamentos, entre otros. Los síntomas de una alergia pueden variar desde una simple irritación hasta una reacción grave y potencialmente mortal.

¿Cómo puedo saber si tengo una alergia?

Los síntomas de una alergia pueden incluir estornudos, secreción nasal, tos, picazón en la piel, ojos llorosos, entre otros. Si crees que podrías tener una alergia, habla con tu médico para realizar pruebas de alergia y recibir un diagnóstico adecuado.

¿Cómo se pueden tratar las alergias?

Las alergias pueden tratarse con medicamentos, inmunoterapia o cambios en el estilo de vida, como evitar las sustancias que causan la reacción alérgica. Es importante seguir las recomendaciones de tu médico para el tratamiento adecuado.

Alergias más en las diferentes etapas de la vida



Alergias infantiles

Las alergias alimentarias, como la alergia a la leche de vaca o al huevo, son comunes en los primeros años de vida.



Alergias en adultos

Las alergias respiratorias, como la rinitis alérgica y el asma, pueden aparecer o persistir en la edad adulta.



Alergias en adultos mayores

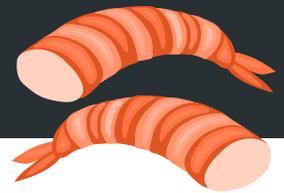
Las alergias a medicamentos o alimentos pueden desarrollarse en personas mayores, y pueden presentar desafíos adicionales debido a otras condiciones de salud.





Aquí hay algunos consejos útiles para prevenir las alergias:

1. Evita las sustancias que te causan una reacción alérgica.
2. Lava tus manos con frecuencia para reducir la exposición a los alérgenos.
3. Utiliza mascarillas y guantes si trabajas con sustancias que pueden causar alergias.
4. Mantén tu hogar limpio y libre de polvo, ácaros y otros alérgenos.
5. Si tienes alergias estacionales, consulta el pronóstico del polen y toma medidas para reducir la exposición.
6. Habla con tu médico acerca de las opciones de tratamiento y seguimiento para evitar reacciones alérgicas graves.



¡Gracias por unirse a la lucha contra las alergias y tomar medidas para prevenirlas!

Bibliografía:

- World Allergy Organization. (2020). World Allergy Week 2020. Consultado el 1 de marzo de 2023, en <https://www.worldallergyweek.org/>
- American Academy of Allergy, Asthma & Immunology. (s.f.). Allergies. Consultado el 1 de marzo de 2023, en <https://www.aaaai.org/conditions-and-treatments/allergies>
- Mayo Clinic. (2021). Allergy. Consultado el 1 de marzo de 2023, en <https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/allergies/symptoms-causes/syc-20351497>



LOCKTON[®]

UNCOMMONLY INDEPENDENT