

## El uso del barbijo podría ayudar a quienes padecen alergias estacionales



Mendoza es una provincia que se caracteriza por su sequía y esta condición afecta de manera directa a los que padecen **alergias estacionales**. Durante la pandemia los casos disminuyeron, ya que la cuarentena obligatoria más la obligatoriedad del barbijo hizo que la gente estuviera más resguardada. En la actualidad, **los casos afloraron y los profesionales insisten en el uso del tapaboca**.

«Los casos no crecieron. Las cifras se mantienen estables respecto a los de la prepandemia, lo que sí se observa es que **con la liberación del barbijo los cuadros alérgicos y también virales retornaron a los consultorios**», expresó el neumonólogo Ramón Alchapar (MN 2875).

De acuerdo con los datos arrojados por la Organización Mundial de la Salud (OSM),

---

durante los últimos años, se ha observado que el 40% de la población mundial ha presentado algún malestar relacionado con las enfermedades alérgicas. De hecho, **se estima que la rinitis alérgica afecta a 1 de cada 5 argentinos.**

## ¿Es posible prevenir las alergias?

Las alergias estacionales se deben a la **exposición a sustancias suspendidas en el aire** (como el polen) que aparecen solo durante ciertas épocas del año, por lo general, entre septiembre y noviembre.

Las personas que padecen esta enfermedad presentan:

- Obstrucción nasal.
- Disminución del olfato.
- Secreción viscosa.
- Estornudos continuos.
- Picazón de ojos, nariz y garganta, que en algunas oportunidades, da la sensación de garganta seca y sed de aire.

«**Las alergias siempre se acentúan con la corriente de La Niña** como es la que estamos transitando en la actualidad. Afectan las vías aéreas superiores con rinitis, conjuntivitis y también faringitis; en tanto, en las vías aéreas inferiores aparece con cuadros de asma alérgicos de la temporada», contó Alchapar.

A la hora de brindar detalles sobre la **manera de abordar la enfermedad**, el especialista dijo: «Les sugiero a los pacientes que **utilicen barbijos**, fundamentalmente cuando se encuentren en los ambientes más conflictivos, como son los que están al aire libre».



El uso del barbijo sería un método de prevención para las alergias.

Por su parte, el neumonólogo Pablo Scherbosky (MN 7983) advirtió que **«habitualmente las alergias se tratan con spray nasal de corticoides**, que se aplican una o dos veces por día y son muy seguros, incluso, aptos para ser usados en niños y embarazadas».

«También se suele asociar algún antihistamínico y cuando el **cuadro se complica un poco más o es más severo se puede agregar corticoides por boca**», agregó.

En coincidencia con su colega, el médico manifestó que **«no es posible su prevención**, aunque los tapabocas pueden ayudar a las personas alérgicas».

«No teníamos una cultura de su uso, pero los días de muchos pólenes, las personas que son propicias a la enfermedad deberían usarlo», sumó.

---

## Las alergias en los menores

Un dato interesante arrojado por la OMS es que el 20% de la población argentina padece rinitis alérgica y **el 80% de ese total debuta en la edad pediátrica.**

Los niños no están exentos a las alergias ni a las enfermedades respiratorias. De hecho, los especialistas refieren que **las consultas han crecido mucho en el último año.**

**«Lo que más ha influido en este crecimiento es el empleo del barbijo de manera opcional.** Este año los pediatras y neumonólogos hemos tenido mucho aumento de casos de infecciones respiratorias y, en la actualidad, se suman las alergias y eso ha tenido que ver con la no obligatoriedad del uso de tapaboca», expresó la neumóloga pediátrica, Florencia Elías (MN 10752).

Ante esto, la médica recomienda **«no solo utilizar barbijos, sino también, dentro de las posibilidades, lentes para evitar la picazón de ojos o el lagrimeo».**



## El mal hábito de la automedicación

Por lo general, los medicamentos que se recomiendan para hacer frente a la alergia no requieren de receta previa y esto hace que crezca **el consumo de remedios vinculados a la patología**.

«Septiembre y octubre son períodos del año en donde las consultas y el consumo de antialérgicos aumentan notablemente», aseguró un farmacéutico y agregó: **«Hay una buena oferta de antialérgicos de venta libre que no aumentan la presión, ni generan sueño**. Generalmente, se toma 1 dosis al día, sirven para calmar cuadros leves en donde el público no alcanza a ir a su médico».

En cuanto a **los valores**, el profesional indicó que **«van desde los \$ 550 a \$1200»**.

La automedicación es una de las grandes preocupaciones de los médicos. “Lo que noto mucho, sobre todo en los niños, tiene que ver con el **uso excesivo de los sprays nasales**, sobre todo aquellos que **causan dependencia** y genera, muchas veces, **efectos adversos sobre las mucosas**”, **explicó la neumóloga pediátrica.**

Por tal motivo, **los profesionales aconsejan la consulta médica previo a comprar cualquier medicamento, por más que sea de venta libre**, ya que no todos son recomendables. Insisten, incluso, en que muchos de ellos, generan adicción.



La mayoría de los antihistamínicos es de venta libre y los precios van desde van desde los \$ 550 a \$1200.

## Mitos y verdades sobre el plátano

Pese a que en la sociedad está instalada la idea de que **los plátanos son el principal culpable de las alergias, existen diversos estudios científicos que demuestran lo contrario**, incluso, ponderan su presencia en las grandes ciudades o zonas urbanas por los beneficios que aportan (sombra intensa, rápido crecimiento, resisten contaminación ambiental y tienen una longevidad estimada en 200 años).

Para el ingeniero agrónomo Ernesto Escribano, jefe de arbolado de Mendoza Capital, «**el plátano no es el principal alérgeno, sino que se ubica en quinto lugar, previo a él está la mora, el polen de la vid, del césped, del olivo y otros**».



La mora es uno de los principales generadores de polen.

Según datos aportados en el 2016 por el Instituto de Ambiente, Hábitat y Energía del Conicet, «**los árboles en alineación de calles superaban el millón de ejemplares en toda la provincia**, mientras que **el Área Metropolitana concentraba alrededor de 700.000 unidades**, de los cuales 49.297 se encuentran en Ciudad, de ellos, el **40% son moreras y existe un 15% de plátanos**».



---

Fuente y fotos: Gentileza El Sol