

El abordaje de las alergias desde la farmacia comunitaria

SE CALCULA QUE CERCA DE 14 MILLONES DE ESPAÑOLES SUFREN ALGÚN TIPO DE ALERGIA, APROXIMADAMENTE UN 30% DE LA POBLACIÓN. PARA DESARROLLAR LA ENFERMEDAD ALÉRGICA, SE NECESITA LA EXPOSICIÓN A UN ALÉRGENO. DESDE QUE UNA PERSONA CON SÍNTOMAS DE ALERGIA CONTACTA CON UN PROFESIONAL FARMACÉUTICO, SE PONEN EN MARCHA SERVICIOS TANTO DE ATENCIÓN FARMACÉUTICA COMO DE INDICACIÓN, ASÍ COMO OTROS RELACIONADOS CON LA SALUD COMUNITARIA.



Apie de mostrador, un paciente que debuta con un proceso alérgico, lo primero que transmite es sensación de inseguridad. ¿Qué es lo que tengo? ¿Debo ir al médico? ¿Se pasará rápido? o ¿Tiene alguna cosa que me pueda tomar? Son preguntas frecuentes. El farmacéutico comunitario debe tener conocimientos actualizados sobre alergia que le permitan asesorar correctamente a los pacientes.

Montserrat Iracheta Todó, cotitular en Farmacia Todó-Iracheta, explica que la alta prevalencia continua de enfermedades alérgicas en

los países industrializados occidentales, combinada con las opciones limitadas para la terapia causal, *“hace necesaria la prevención primaria basada en la evidencia”*.

Por ello, se han hecho revisiones sistemáticas como, por ejemplo, la del investigador T. Schäfer y sus colaboradores, para la actualización de 2014 de la *‘Guía sobre la prevención de alergias’*, de la Sociedad Alemana de Alergología e Inmunología Clínica (DGAKI) y la Sociedad Alemana de Medicina Pediátrica y del Adolescente (DGKJ), donde se especifican medidas que son convenientes para promover dicha

LA ZAP ESTÁ SEPARADA DE LA ZONA DE DISPENSACIÓN Y EN ELLA SE PUEDE REALIZAR UNA ENTREVISTA CLÍNICA

prevención. Entre otras, la lactancia materna completa durante cuatro meses como medio de prevención de alergias (fórmula infantil hipoalergénica en el caso de bebés en riesgo) o evitar el sobrepeso, los contaminantes del aire y la exposición al tabaco y las condiciones interiores propicias para el desarrollo de moho. Destaca que la introducción de alimentos sólidos en la dieta infantil no debe retrasarse. En el caso de niños en riesgo, los gatos no deben adquirirse como mascotas domésticas.

Antes de empezar a explicar cómo se puede abordar las enfermedades alérgicas desde la farmacia comunitaria, hay que definir los diferentes tipos de alergia que se suelen consultar en ella. A partir de la 'Encuesta Nacional Farmacéutica', realizada como parte del estudio epidemiológico 'Alergológica 2015', se han identificado cuatro puntos especialmente importantes para trabajar conjuntamente médicos y farmacéuticos comunitarios: conceptos generales de alergia, rinoconjuntivitis alérgica (primer motivo de consulta sobre alergia en la farmacia comunitaria y en las consultas de alergia), vacunas de alergia y manejo de reacciones por picaduras de insectos. "El paciente que acude a la farmacia puede que venga para pedirnos información, ya que ha sufrido un proceso alérgico, o bien porque viene con una prescripción médica", detalla Iracheta Todó. En el primer caso, se observarán los síntomas que tiene y se le preguntará si ha estado expuesto a algún alimento o producto nuevo para averiguar el causante de la alergia. "Le explicaremos el concepto de alérgeno y le recomendaremos, según el grado, que se observe durante unos días y, si no mejora, lo derivaremos al médico", afirma. En el caso de la prescripción médica, son pacientes "expertos" en alergias, ya que seguramente llevan tiempo con esta problemática. Posiblemente sean usuarios de la vacuna para alergia a los ácaros, de inhaladores para rinitis, etcétera.

Lo más habitual

Las que más habitualmente llegan al mostrador son las alergias dérmicas, como las picaduras de insectos, y alergias respiratorias de vías altas con estornudos, picor de ojos, nariz, cuello. Si es a nivel pulmonar, los síntomas son tos e, incluso, dificultad respiratoria. De las alergias respiratorias, aumenta el consejo durante la primavera. De las alergias dérmicas, en verano, sobre todo cuando se realizan actividades al aire libre.

"En la farmacia comunitaria existen servicios adicionales, como pueden ser el asesoramiento en la zona de atención personalizada (ZAP)", declara. Si un paciente comenta que es la primera vez que tiene una alergia, propone ofrecerle este servicio antes de derivarlo al médico. La ZAP está separada de la zona de dispensación y, en ella, se puede realizar una entrevista clínica donde recoger la información básica del paciente, previo consentimiento informado. Advierte de que, en definitiva, no existe un remedio estandarizado como puede ser en un paciente con hipertensión arterial, diabetes o incluso dolor. Sostiene que "la alergia es particular, y muchas veces es difícil encontrar el mismo tratamiento, de ahí la importancia de las vacunas para algunos casos de alergia".

La Sociedad Española de Farmacia Clínica, Familiar y Comunitaria (SEFAC) y la Sociedad Catalana de Medicina Familiar y Comunitaria (CAMFiC) tienen hojas informativas para pacientes, en caso de alergias alimentarias, al polen, a los ácaros, a la picadura de un insecto o al sol, que son de libre acceso. En la farmacia de Iracheta Todó ponen a disposición de sus usuarios esta información. Además, en la Sociedad Española de Alergología e Inmunología Clínica (SEAIC) también tienen información para pacientes de forma individualizada o para colectivos.

Ante una reacción alérgica, se recomienda la derivación al médico. El sistema inmunitario queda alterado y, por tanto, la actuación de los fármacos para otros problemas de salud de la persona que refiere una alergia puede variar.

Otras farmacéuticas con las que hemos tratado en profundidad el abordaje de las alergias desde la farmacia comunitaria son **Rosalía Gozalo**, farmacéutica cotitular de la Farmacia Las Gemelas en Madrid; **Magdalena Gómez-Mateos Pérez**, farmacéutica comunitaria en Granada y miembro del Grupo de Trabajo de Enfermedades infecciosas e Inmunología de SEFAC, y **Paula Fernández Ribal**, farmacéutica sustituta en La Farmacia Central de Gelida y divulgadora sanitaria como @farmaadicta en redes sociales.

Muchos fármacos

Según el tipo de alergia y sintomatología, se pueden recurrir a muchos fármacos y diferentes presentaciones que no necesitan prescripción médica, dirigidos a síntomas menores, comunes en muchas de las alergias. Hablamos de congestión nasal, rinorrea, estornudos, lagrimeo, enrojecimiento de los ojos, tos y alteraciones en la piel, como prurito, enrojecimiento, eczema,

urticaria o erupciones cutáneas. Son síntomas abordables desde la farmacia, siempre teniendo en cuenta los criterios de derivación.

Gozalo nos traslada los tratamientos más utilizados. En el caso de las alergias a los ácaros en pacientes correctamente diagnosticados, y en función de la evolución de sus síntomas alérgicos, el alergólogo puede prescribir un tratamiento con vacunas hiposensibilizantes de ácaros con objeto de tratar de forma integral su afección.

En el caso de alergias a los animales; un anti-histamínico oral, nasal o en colirio para reducir los síntomas de rinitis y/o conjuntivitis alérgica, y un corticoide en spray nasal para reducir la inflamación crónica de la mucosa nasal. Si el paciente sufre asma alérgica, el tratamiento incluye el uso de inhaladores de corticoide combinados con broncodilatadores inhalados para disminuir la inflamación.

En el caso de la dermatitis alérgica por contacto, para tratar la inflamación, se emplean corticoides tópicos, ajustando su potencia antiinflamatoria según las regiones anatómicas afectadas y la gravedad de los síntomas.

El picor asociado al eccema puede ser, en ocasiones, muy intenso y molesto. Para intentar controlarlo se emplean los antihistamínicos. Si la dermatitis es muy grave, pueden estar indicados el uso de corticoides orales, y si se acompaña de complicaciones, como una infección, antibióticos de uso tópico. En las formas crónicas graves, en ocasiones relacionadas con el trabajo, se ha empleado fototerapia, inmunomoduladores e inmunosupresores.

En las reacciones fotoalérgicas hay que tratar la erupción cutánea con el tratamiento sintomático acorde con la gravedad del cuadro. Los corticoides tópicos constituyen el primer agente terapéutico, aunque en ocasiones puede ser necesario el uso de corticoides sistémicos. Los antihistamínicos ayudan a controlar el picor. Si las lesiones son muy exudativas, puede ser de utilidad el uso de soluciones astringentes. Evitar la exposición solar y extremar las medidas de protección frente a ésta es obligatorio.

LOS SÍNTOMAS MÁS CARACTERÍSTICOS

Rosalía Gozalo nos expone cuáles son los síntomas más característicos en las enfermedades alérgicas.

- **Alergia al polen:** en estos procesos casi siempre hay conjuntivitis (ojos rojos con picor ocular), no aparece la fiebre y la tos es seca. En ocasiones se acompaña de sibilancias y disnea (fatiga) de predominio nocturno.
- **Alergia a los ácaros:** en la mayoría de los casos se trata de síntomas de tipo respiratorio: rinitis y asma.
- **Alergia a animales:** puede producir los mismos síntomas que cualquier otra alergia respiratoria: síntomas oculares (picor de ojos, lagrimeo, enrojecimiento ocular), nasales (picor nasal, estornudos, mucosidad líquida, congestión), picor en paladar, garganta y/o oídos. Algunas personas pueden desarrollar síntomas de asma con tos seca, dificultad respiratoria, opresión torácica y silbidos en el pecho. En contacto con el animal se puede producir picor en la piel, hinchazón (más frecuente en los párpados) y habones en la zona de contacto, especialmente si se ha producido algún arañazo.
- **Reacciones fotoalérgicas:** se caracterizan por la aparición de una erupción de tipo eczematoso localizada, predominantemente, en áreas expuestas a la luz. Las lesiones eczematosas producen picor y pueden pasar por diferentes estadios, desde el eritema y la aparición de micropápulas o microvesículas hasta la exudación y, finalmente, la descamación. El patrón de localización de las lesiones puede variar dependiendo de la zona del cuerpo donde se ha aplicado el alérgeno. Además, el alérgeno puede ser transferido a otras localizaciones.
- **Reacciones alérgicas alimentarias:** aparecen en las dos horas siguientes a la ingestión del alimento, pueden afectar a uno o varios órganos y son una causa frecuente de anafilaxia (reacción alérgica grave).

En las alergias alimentarias, el tratamiento consiste en evitar el alimento y disponer de una medicación de rescate para tratar una eventual reacción, que incluye la adrenalina en los pacientes que ya han sufrido anafilaxia con anterioridad o presentan riesgo de sufrirla.

Fernández Ribal menciona el agua de mar para mantener la nariz limpia, recomendado su uso mañana y noche y antes de la aplicación de cualquier spray descongestivo, ya sea OTC o de prescripción; antihistamínicos orales, que aliviarán los principales síntomas asociados como el picor o el cansancio; colirios que alivien el enrojecimiento y el picor ocular; toallitas oculares que ayuden a la limpieza de la zona periocular de forma suave y respetuosa, ayudando a calmar la irritación, y sprays descongestivos nasales, recomendando no utilizarlos más de tres veces al día y durante una semana como máximo.

Puntualiza que hay que derivar al médico ante el uso repetitivo de antihistamínicos OTC y otras medidas para mejorar la sintomatología asociada a las alergias. Del mismo modo, *“ante la no mejora de la sintomatología tras el tratamiento farmacológico con una buena adherencia terapéutica y un buen uso de medidas higiénicas asociadas”*.

¿Qué servicios son los que entran en funcionamiento ante un paciente con alergia? Gómez-Mateos Pérez precisa que, primero, se realiza un apoyo colaborativo al diagnóstico, e incluso la enfermedad podría detectarse por primera vez. Segundo, si el médico ha instaurado un tratamiento para la alergia, entra en juego el servicio de dispensación, donde el farmacéutico se asegura de que el paciente conoce el modo de uso de los medicamentos prescritos y sus efectos secundarios. Una vez comenzado el tratamiento, aparecen el seguimiento farmacoterapéutico, en el que se supervisa la respuesta del paciente y se valoran posibles cambios para obtener el mejor resultado; la adherencia terapéutica, para comprobar el cumplimiento del tratamiento por parte del paciente y, en pacientes polimedicados, la revisión del uso de los medicamentos para minimizar el riesgo de eventos adversos. En caso de no existir prescripción médica, podría realizarse el servicio de indicación farmacéutica para recomendar la combinación adecuada de fármacos que augura el mejor tratamiento

posible. En todos los casos, *“el farmacéutico aboga por la promoción de la salud, ofreciendo consejos y educación sanitaria relacionados con la enfermedad alérgica”*.

Los farmacéuticos comunitarios ponen en funcionamiento su cometido de promoción de la salud pública a través de los servicios profesionales farmacéuticos asistenciales. Principalmente, en España, la profesión trabaja en la dispensación con el objetivo de que el tratamiento que requiere el paciente alérgico genere la mayor eficacia, pero también pone su atención en los cambios necesarios para tal fin, *“porque la severidad de esta enfermedad es variable a lo largo de la vida”*.

Teóricamente, sería primordial, ante cualquier alergia, que el paciente no se expusiera al alérgeno. Sin embargo, suele ser complicado llevarlo a la práctica en algunos casos y, por eso, hay que estar preparados, ya que los medicamentos frente a la alergia (antihistamínicos) funcionan mejor tomándolos antes de que se produzca la reacción al componente alérgico y previenen el desarrollo de complicaciones, como el asma.

Volviendo a las medidas profilácticas, para reducir el impacto de la alergia a los pólenes se recomienda evitar el aire en las horas de mayor concentración polínica (primera de la mañana y última de la tarde) y/o usar mascarillas o filtros nasales, entre otros. Frente a la alergia a los hongos, es importante que la temperatura no supere los 24 grados y que la humedad no sea superior al 40%. Las medidas preventivas frente a los ácaros se centran en evitar la acumulación de polvo ventilando y limpiando con frecuencia, preferiblemente con aspiradora. Gómez-Mateos Pérez hace hincapié en que hay que tener en cuenta los factores de riesgo, como el tabaco, vivir en la ciudad y la herencia genética. En caso de alergias respiratorias graves, la inmunoterapia es una opción muy recomendada cuando las medidas higiénicas y los medicamentos no controlan la sintomatología. Si se sufre de piel atópica, los cuidados para mantenerla hidratada y calmada son esenciales para controlar los brotes.

¿Cómo distinguir ante una alergia, intolerancia o intoxicación? En las alergias existe una reacción del sistema inmunitario; mientras que, en las intolerancias, el sistema inmunitario no juega ningún papel, sino que la ingestión del alimento provoca algún tipo de alteración digestiva. En las intoxicaciones alimentarias generalmente se incluye diarrea, vómitos, náuseas y malestar estomacal. +

Magdalena Gómez-Mateos Pérez

Farmacéutica comunitaria en Granada y miembro del Grupo de Trabajo de Enfermedades infecciosas e Inmunología de SEFAC



Cuando un paciente con síntomas de alergia acude a la farmacia comunitaria es importante saber si su patología ya ha sido diagnosticada. **Magdalena Gómez-Mateos Pérez**, farmacéutica comunitaria en Granada y miembro del Grupo de Trabajo de Enfermedades infecciosas e Inmunología de la Sociedad Española de Farmacia Clínica, Familiar y Comunitaria (SEFAC), destaca que por eso hay que realizar “una serie de preguntas para conocer la necesidad de derivar al médico, así como la existencia de factores predisponentes, evaluar el cumplimiento del tratamiento, si lo hubiera, y/o sugerir medicamentos que no requieren prescripción médica que actúen sobre los síntomas”. Además, subraya que “el tratamiento variará en función de la gravedad y duración del problema, teniendo en cuenta también la existencia de otros problemas de salud de la persona, su edad y estilo de vida”.

Describe que “los principales alérgenos que producen alergia en la población son los pólenes de plantas”. En España, las que acarrearán más problemas alérgicos son gramíneas, olivo, ciprés, salsola, plátano de sombra y parietaria, presentándose normalmente durante las estaciones de primavera y verano, cuando éstas florecen y hay mayor cantidad de polen en el ambiente. Avisa de que esta alergia está agravada por la contaminación en las ciudades. Los pacientes acuden a la farmacia indicando síntomas de rinitis como estornudos, rinorrea (goteo nasal), congestión y picor nasal; también de conjuntivitis, como lagrimeo, picor y ojos rojos. “Los casos más graves presentan asma bronquial, con sibilancias, opresión en el pecho, tos y dificultad para respirar”, afirma. Añade que las alergias provocadas por sustancias reactivas en el epitelio de animales como los gatos están aumentando y cursan frecuentemente con rinoconjuntivitis y/o urticaria.

Señala que, debido a que la sintomatología en caso de rinoconjuntivitis es similar a la de un resfriado, podría confundirse, por lo que “es fundamental acudir al alergólogo para investigar si hay un alérgeno responsable, pudiendo ser ácaros del polvo, epitelios de animales, esporas de hongos, pólenes, medicamentos, alimentos, aditivos o venenos de insectos”. Las medidas preventivas, dependiendo del agente causante, son diferentes. Aclara que “a veces el origen del problema no es de tipo alérgico”. Es decir, que no hay una respuesta excesiva de anticuerpos IgE y, por tanto, se actúa de manera distinta. A su juicio, es primordial “saber que la enfermedad alérgica evoluciona y puede mejorar o empeorar, por eso es fundamental seguir un tratamiento y hacer revisiones periódicas”. Sostiene que suele ser habitual desconocer la duración de los tratamientos y la posología más adecuada en cada circunstancia.

En la farmacia se dispone de medicamentos libres de prescripción y productos sanitarios para controlar los síntomas de la rinoconjuntivitis, “la expresión más frecuente de las alergias respiratorias, junto con la dermatitis y/o urticaria propia de las alergias cutáneas”. Según Gómez-Mateos Pérez, para la rinoconjuntivitis, “el tratamiento de elección sería un antihistamínico vía oral, cuando existe una intensidad leve e intermedia, y un corticoide intranasal para síntomas severos acompañado de antihistamínico ocular”. Cuenta que los descongestionantes nasales pueden ser de gran ayuda para aliviar la congestión que provoca el proceso inflamatorio cuando la rinitis es moderada o grave, utilizado previamente al corticoide tópico nasal. Igualmente, “son útiles las mascarillas con filtro, filtros nasales y agua de mar en spray para lavados nasales”. En caso de brote de dermatitis o urticaria, indica el uso de un antihistamínico para contrarrestar el picor y enrojecimiento de la piel, y eliminar las ronchas o habones, además de cremas antipruriginosas.



“LOS CASOS MÁS GRAVES
PRESENTAN ASMA
BRONQUIAL,
CON SIBILANCIAS,
OPRESIÓN EN EL PECHO,
TOS Y DIFICULTAD
PARA RESPIRAR”

Paula Fernández Ribal

Farmacéutica sustituta en La Farmacia Central de Gelida y divulgadora sanitaria como @farmaadicta en redes sociales

Las alergias que más frecuentemente llegan al mostrador son respiratorias: al polen de las plantas, a los ácaros del polvo, a los epitelios de animales y a los hongos ambientales. En segundo lugar, encontramos las alimentarias. Las épocas con más demanda de consejos relacionados con las alergias son la primavera y el otoño, puesto que son épocas en las que hay más incidencia debido a la floración de las plantas y la carga de polen ambiental es mayor.

Paula Fernández Ribal, farmacéutica sustituta en La Farmacia Central de Gelida y divulgadora sanitaria como @farmaadicta en redes sociales, determina que *“el farmacéutico, desde la farmacia comunitaria, debe realizar un abordaje integral de las enfermedades alérgicas, desde la educación sanitaria, favoreciendo el diagnóstico precoz, detectando reacciones adversas y fomentando la adherencia terapéutica”*.

Y *“mejorando la educación sanitaria: proporcionando información rigurosa, contrastada y fiable para, así, mejorar el conocimiento por parte del paciente y/ o sus familiares sobre la patología, para que adopte las medidas oportunas para controlar la enfermedad, evitando o reduciendo la exposición al alérgeno mediante medidas higiénicas, incluyendo el uso de barreras físicas como las mascarillas o evitando la exposición a los alérgenos, por ejemplo, realizando ejercicio al aire libre en horas de máxima polinización”*. Explica que esto *“se puede hacer desde el mostrador ante consultas sobre las enfermedades alérgicas y también de forma gráfica mediante infografías en puntos estratégicos de la oficina de farmacia, como el mostrador, los escaparates o las redes sociales de la botica”*.

Este abordaje ha de ser favoreciendo el diagnóstico precoz. *“Tras la repetición de consumo de productos OTC relacionados con las enfermedades alérgicas, derivando al centro de Atención Primaria para su evaluación”*, matiza. Asimismo, detectando reacciones adversas de medicamentos (RAM), interacciones y efectos no deseados; y fomentando la adherencia terapéutica y el tratamiento integral de la patología para mejorar el resultado terapéutico y la calidad de vida de estos pacientes.

Dependiendo del caso, se podrán ofrecer diferentes servicios, como el de dermofarmacia, *“recomendando medidas higiénicas para mejorar el estado de la piel relacionados con la higiene, la emoliencia y el cuidado en caso de dermatitis atópica”*, SPD *“mejorando la adherencia terapéutica”*, nutrición, etcétera.

“Las principales dudas que nos plantean los pacientes son sobre medidas higiénicas: cómo reducir la sintomatología, cómo reducir los efectos adversos a los medicamentos y cómo evitar los alérgenos”, comenta. En el caso de pacientes con alergias como la rinitis alérgica, conjuntivitis, dermatitis atópica, urticaria, etcétera, las preguntas más frecuentes son sobre la enfermedad, sobre cómo solucionar los síntomas, conocer los efectos secundarios del tratamiento farmacológico, si existe algún tratamiento no farmacológico complementario o sustitutivo, si existe vacunación y en qué consiste y cómo utilizar el dispositivo de adrenalina si es necesario. En caso de asma, sobre el uso de los dispositivos, su limpieza y mantenimiento.

Para @farmaadicta, *“los antihistamínicos mejoran de forma significativa la calidad de vida de los pacientes con alergia”*. Eso sí, advierte de que existen numerosas interacciones de los antihistamínicos con medicamentos como algunos antibióticos (claritromicina, azitromicina, etc.), antifúngicos como el fluconazol, antiH2 como cimetidina y ranitidina y antidepresivos como sertralina, paroxetina y fluoxetina.



“EL FARMACÉUTICO DEBE REALIZAR UN ABORDAJE INTEGRAL DE LAS ENFERMEDADES ALÉRGICAS DESDE LA EDUCACIÓN SANITARIA”

Rosalía Gozalo

Farmacéutica cotitular de la Farmacia Las Gemelas en Madrid

Hay que tener claros los distintos síntomas, los motivos de su aparición, las recomendaciones para la prevención y el tratamiento farmacológico y no farmacológico para contribuir a obtener el mejor resultado en la salud del paciente. **Rosalía Gozalo**, farmacéutica cotitular de la Farmacia Las Gemelas en Madrid, defiende que *“el abordaje de las enfermedades alérgicas tiene que estar protocolarizado para estandarizar la actuación farmacéutica en el manejo de estos síntomas y tener unos criterios claros de derivación al médico”*.

Remarca que las alergias son procesos crónicos que afectan a la calidad de los pacientes, *“así que la actuación farmacéutica es clave”*. Se tiene desde la farmacia comunitaria *“un amplio campo de actuación asistencial; desde identificar casos no diagnosticados y/o sin seguimiento y revisión, identificar merma en la calidad de vida, efectos adversos, falta de adherencia, etcétera”*. Asegura, en ese sentido, que *“el papel del farmacéutico es clave en la calidad de vida del paciente con alergia”*.

Abordamos con Gozalo qué servicios son los que entran en funcionamiento ante un paciente con alergia. Dice que los que tienen que ver con educación sanitaria, entrenamiento en conductas preventivas, de control de su enfermedad a través del conocimiento y la información por parte del farmacéutico, y todo lo relacionado con un uso correcto y racional de los medicamentos en el tratamiento de los cuadros alérgicos, haciendo hincapié en el uso de descongestivos y antihistamínicos (efectos adversos e interacciones). Subraya que *“evitar la exposición al alérgeno es fundamental, y ayudar en la incorporación de medidas higiénicas en cada caso también”*.

Asevera que la información es primordial, al igual que la derivación al especialista, para un correcto diagnóstico y tratamiento. Hay que *“explicar que existen tratamientos farmacológicos para impedir la aparición de la sintomatología, tratamientos sintomáticos que pueden ser utilizados durante el período de polinización de aquellos pólenes causantes de los síntomas que no curan, pero aminoran o eliminan los síntomas mientras el paciente lo esté realizando”*. Igualmente, hay que dejar claro que *“la inmunoterapia (vacunación) va a disminuir el grado de alergia a los pólenes responsables y, de esta manera, reducir o, incluso, llegar a eliminar la necesidad de medicación sintomática que, de otra manera, el paciente tendría que tomar año tras año durante la mayor parte de su vida y que, además, previene la evolución de la sintomatología hacia el asma bronquial”*.

¿Cómo distinguir ante una alergia, intolerancia o intoxicación? Desgrana que la alergia es una respuesta inmunológica alterada a los alimentos, que algunos individuos generan y que, al ingerirlos, presentan efectos nocivos, reacciones adversas. *“Las intolerancias no se producen por un mecanismo inmunológico. Normalmente, son debidas a alteraciones en la digestión o en el metabolismo de los alimentos, generalmente por déficits enzimáticos, o a una susceptibilidad particular que algunas personas presentan frente a ciertos componentes normales de los alimentos”*, apunta Gozalo. Un ejemplo clásico es el que hay entre la alergia y la intolerancia a la leche. Hay individuos que presentan alergia a la leche porque su sistema inmunitario ha generado anticuerpos IgE frente a determinadas proteínas de la leche. Los intolerantes a la leche carecen de la lactasa intestinal, la enzima que digiere la lactosa (un azúcar natural de la leche), de manera que, al tomar leche, la lactosa presente no es adecuadamente metabolizada por el epitelio intestinal y llega al colon, donde es fermentada por la flora bacteriana y los gases producidos desencadenan las manifestaciones digestivas en el intestino, en la piel o en el aparato respiratorio. Puntualiza que una intoxicación alimentaria es una enfermedad provocada por consumir bebidas o alimentos contaminados por parásitos, bacterias, virus o las toxinas producidas por estos microorganismos.



“EL ABORDAJE
DE LAS ENFERMEDADES
ALÉRGICAS TIENE
QUE ESTAR
PROTOCOLARIZADO
PARA ESTANDARIZAR
LA ACTUACIÓN
FARMACÉUTICA”