

Comprensión y Manejo

de las Alergias Nasales

¿Padece usted de una alergia nasal? Esta lista de cotejo puede ayudarlo a averiguarlo.

Las alergias nasales hacen que la mucosa nasal se hinche e inflame. ¿Tiene usted:

- Secreciones nasales líquidas?
- Picazón y congestión nasal?
- Ojos rojos y con picazón?
- Estornudos?
- Drenaje de líquido o moco desde la nariz hacia la parte posterior de la garganta?

En caso que la respuesta sea afirmativa es posible que usted padezca una alergia nasal. Su farmacéutico puede ayudarlo a decidir si es necesario que consulte a un médico o si puede encargarse usted mismo de tratar sus síntomas.

¿Alergia perenne, estacional o ambas? Esta es la siguiente pregunta que debe responder.

La alergia nasal puede ser causada por numerosos factores precipitantes.

| Factores Perennes | Factores Estacionales |
|---|---|
| <p>¿Sus síntomas son precipitados por algunos de los factores descritos a continuación?</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ácaros del polvo • Pelos o caspa de animales • El moho doméstico <p>Dado que estos factores precipitantes se encuentran presentes todo el tiempo, las alergias provocadas por ellos se consideran perennes.</p> | <p>¿O por alguno de los siguientes factores?</p> <ul style="list-style-type: none"> • Polen de los árboles • Ambrosía • El pasto • Otras hierbas <p>Dado que estos factores precipitantes se encuentran presentes solamente durante ciertos períodos del año, las alergias provocadas por ellos se consideran estacionales.</p> |

Pocas personas sufren ambos tipos de alergias, perennes y estacionales. Pueden tener síntomas todo el año, pero que tienden a empeorarse durante ciertas estaciones.

Las alergias nasales no son graves, ¿no es cierto?

Muchas personas piensan que estas alergias con trastornos triviales. En realidad, los síntomas asociados pueden ser muy intensos en

1 de cada 5 habitantes de los EE.UU. que padece una alergia nasal. Los síntomas de la alergia nasal pueden disminuir la calidad de vida al provocar cansancio, dolores de cabeza y deficiencias de la función intelectual o física. Más grave aún, muchos de los medicamentos disponibles provocan sueño y pueden interferir con sus actividades cotidianas.

¿Cómo puedo evitar los factores desencadenantes?

Probablemente sea imposible evitar completamente los factores desencadenantes, pero pueden adoptarse varias medidas para disminuir sus efectos. Hable con su médico o farmacéutico acerca de productos específicos—tales como filtros o cobertores de cama—ya que esto puede ayudar a eliminar ciertos elementos precipitantes de su medio ambiente. Estos consejos pueden brindarle alguna ayuda:

- Si usted padece una alergia estacional trate de permanecer en su casa y utilice aire acondicionado u otros sistemas de filtrado del aire con la mayor frecuencia posible durante la temporada de alergias.
- Si usted es alérgico a la caspa de los animales y posee mascotas, manténgalas afuera de su casa. Si ello no fuese posible, no permita que las mascotas entren a su dormitorio.
- Si su alergia es ocasionada por el moho doméstico, utilice extractores de baño y cocina y deshumidificadores en otras áreas de la casa para

reducir el porcentaje de humedad en el ambiente. La humedad elevada favorece el desarrollo del moho. Los periódicos acumulados pueden albergar moho, de manera que le recomendamos reciclar los periódicos rápidamente.

- Independientemente de los factores que ocasionen su alergia nasal, evite los ambientes con fumadores. El humo del tabaco puede irritar la cobertura interior de la nariz, aumentando el riesgo de infección y empeorando sus síntomas. Si usted fuma, trate de dejar el hábito. Si otros miembros de su familia fuman, pídale que dejen de hacerlo o que fumen solamente afuera.

| Medicamento | Cómo pueden actuar | Qué debe tener en cuenta |
|--|---|--|
| <p>Los antihistamínicos se encuentran disponibles como</p> <ul style="list-style-type: none"> • Fármacos orales (administrados por boca) • Aerosoles nasales | <p>Reduce el prurito, los estornudos, la irritación ocular y las secreciones nasales</p> | <ul style="list-style-type: none"> • No es eficaz para el tratamiento de la congestión nasal. • Pueden provocar sueño. • Los aerosoles nasales con antihistamínicos pueden dejar un sabor desagradable en la boca. |
| <p>Los descongestivos se encuentran disponibles como</p> <ul style="list-style-type: none"> • fármacos orales (administrados por boca) • Aerosoles nasales | <p>Reduce la congestión nasal</p> | <ul style="list-style-type: none"> • Los efectos secundarios potenciales pueden incluir dificultades para dormir, pérdida del apetito o nerviosismo excesivo. • Los aerosoles nasales descongestivos pueden reducir transitoriamente la congestión nasal, pero pueden causar una congestión aun más severa si se utilizan más de 3 a 5 días o con mayor frecuencia de la recomendada. • Las personas con presión arterial alta y trastornos cardíacos deben consultar al médico antes de usar agentes descongestivos. |
| <p>Aerosol nasal con cromolin sódico</p> | <p>En algunas personas son eficaces para el control de los síntomas de las alergias nasales.</p> | <ul style="list-style-type: none"> • Actúa sólo si se utilizan antes de que aparezcan los síntomas. • No actúan durante un ataque de alergia activo |
| <p>Aerosol nasal con corticosteroides</p> | <ul style="list-style-type: none"> • Tratamiento muy eficaz de las alergias nasales. • Utilizado como el tratamiento preventivo primario en pacientes con alergias moderadas a severas. | <ul style="list-style-type: none"> • Pueden provocar sequedad nasal (fármacos nuevos que pueden no provocar este efecto secundario están disponibles en la actualidad.) • Como medicamento oral, puede tomarse por un periodo corto (3 a 7 días) para el tratamiento de síntomas severos. |

¿Cómo puedo controlar los síntomas?

Las alergias nasales perennes y estacionales pueden ser eficazmente tratadas con diversos medicamentos. Muchos de estos medicamentos pueden ser adquiridos sin necesidad de una prescripción médica. Consulte a su médico o farmacéutico de confianza para que le recomienden el producto que más le conviene.

¿Cómo saber si debo consultar a un médico?

Si usted intentó tratar su alergia nasal con medicamentos que se venden sin receta y no logró aliviar los síntomas después de 2 o 3 días de tratamiento (o si los síntomas se agravan) consulte a su médico. Consulte al médico si padece alguno de los siguientes síntomas:

- Fiebre de 38.8°C (102°F) de más de 2 días de duración
- Secreciones nasales no transparentes
- Dolores de cabeza o dolor facial frecuentes y severos
- Dolor de oídos
- Dolor de garganta intenso
- Diarrea de más de 2 días de duración
- Vómitos de más de 12 horas de duración
- Sibilancias (respiración ruidosa o dificultosa)

Más Información

Para más información acerca de las alergias nasales puede:

- Llamar sin cargo al 1-877-882-1020
- Consultar el sitio web: www.RhinocortAqua.com

Esta información ha sido desarrollada y difundida por la Asociación Farmacéutica Americana, la sociedad nacional de profesionales farmacéuticos, mediante un subsidio educativo de AstraZeneca.

