

# Alergias de primavera: causas, síntomas y qué hacer para sentirse bien



¿Has notado que al llegar la **primavera** comienzas a tener **ardor en los ojos, escurrimiento nasal, dolor de cabeza** e incluso **tos**?

Es probable que estés pasando por una **alergia de primavera**, señaló **Marisol Treviño**, alergóloga pediatra de [TecSalud](#).

La **polinización** que se da con el inicio de esta estación del año trae consigo **reacciones** en el **cuerpo** de aquellas personas que son **alérgicas al polen**, explicó la especialista.

*“Llega la primavera y entonces inicia la **alergia estacional**. Se da por la polinización, y entonces, los pacientes que son sensibles y **desarrollan alergias** a pólenes, ya sea de pastos o de árboles, **son pacientes que van a empeorar**”,* dijo la doctora a [CONECTA](#).



/> width="900" loading="lazy">

## ¿Qué es una alergia?

De acuerdo a la Biblioteca Nacional de Medicina de Estados Unidos, **una alergia es una reacción de su sistema inmunitario** hacia algo que no molesta a la mayoría de las demás personas.

Además, la Dra. Treviño dijo que durante las **alergias**, el sistema inmune reacciona de manera exagerada a sustancias que detecta como extrañas, que pueden estar en el **ambiente o alimentos**.

*“Una **alergia** es una respuesta exagerada del organismo ante algo que se expone, que en este caso son los **alérgenos**. Existen alérgenos tanto ambientales como alérgenos alimentarios.*

*“Las manifestaciones pueden ser en diferentes aparatos y sistemas. Podemos tener **alergias a nivel respiratorio, alergias a nivel gastrointestinal y alergias cutáneas**”, explicó.*

En general, las sustancias que suelen causar reacciones son:

- Polen
- Ácaros del polvo
- Esporas de moho
- Caspa de animales
- Alimentos

- Picaduras de insectos
- Medicinas

## Conoce los síntomas de la alergia de primavera

Los síntomas de la **alergia estacional** son muy **parecidos a los de un resfriado común**, pues ambos afectan al sistema respiratorio, sin embargo, pueden aparecer otras reacciones en el cuerpo, así lo dijo la especialista.

*“Uno detecta la **alergia en primavera** porque el paciente dice: ‘Ya empecé a tener este abundante moco nasal’.*

*“El paciente tiene comezón en nariz y ojos, se presentan estornudos en salva. Puede haber tos en exceso, y en algunos pacientes se manifiesta la **dermatitis atópica**, que es una inflamación de algunas áreas de piel que puede estar relacionada con una **alergia estacional**”, agregó.*

En general, las alergias tienen los siguientes síntomas:

- Goteo nasal
- Estornudos
- Picazón
- Sarpullidos,
- Edema (hinchazón)
- Asma

Las alergias van de leves a severas. Una **reacción severa** llamada **anafilaxia** puede resultar fatal.

*“En cuestión de la **alergia de primavera**, debemos de enfocarnos en la **rinitis**, ya que la mayoría de las veces son síntomas respiratorios y predominan los síntomas nasales”, dijo.*

La **rinitis** es la **inflamación e hinchazón** de la **membrana mucosa de la nariz**.

***“En cuestión de la alergia de primavera, debemos de enfocarnos en la rinitis, ya que la mayoría de las veces son síntomas respiratorios y que predominan los síntomas nasales”.***

## ¿Alergia o resfriado?

En ocasiones, **la alergia puede confundirse con un resfriado común o viceversa**, pues los síntomas son prácticamente los mismos.

*“Se parecen, porque finalmente los **síntomas respiratorios son muy similares**. Hay algunas características que si nos alertan de cuándo es una infección viral que son la mayoría de los resfriados.*

*“En una alergia los síntomas son muy frecuentes, y la mayoría de las veces no se va a acompañar de **febrícula, ni fiebre, y tampoco de malestar general**”, explicó la doctora.*



/> width="900" loading="lazy">

### Acude a un especialista y mejora tu calidad de vida

Si sospechas que tienes alergia a algo ambiental o a algún alimento, acude con un especialista para que te indique el tratamiento necesario y con ello, mejorar tu calidad de vida.

*“Tenemos **varios tipos de tratamientos**; la mayoría de las veces, estos **tratamientos son sintomáticos**, quiere decir que van dirigidos a quitar los síntomas.*

*“Después tenemos otros tratamientos donde entran las **vacunas de alergia, que es la inmunoterapia** y consiste en darle al organismo a lo que saliste alérgico”, comentó la alergóloga.*

Finalmente, la Dra. Treviño dijo que en **niños es muy común que se presente la rinitis alérgica** y es motivo de llevarlos con un alergólogo pediatra.

*“También en los niños es muy común que estas rinitis alérgicas estén acompañadas de **hipertrofia adenoamigdalina**, y entonces, **el paciente presenta infecciones recurrentes**, o también respiración oral con ronquidos en la noche.*

*“A veces no requiere tratamiento antibiótico porque no son infecciones bacterianas, y se están presentando de forma muy recurrente que **afectan la calidad de vida** y entonces hay que acudir al especialista”.*

Por último, **la especialista recomendó no automedicarse** y buscar ayuda médica lo más pronto posible, para su correcto diagnóstico y tratamiento.

**LEE TAMBIÉN:**