



Inmunología

No son sólo molestias, es una enfermedad

Los factores ambientales son responsables del incremento de las alergias, cuya incidencia va en aumento

Lucía Barrera
estar bien

Entre el 30 y el 40 por ciento de la población mundial está afectada por una o más enfermedades alérgicas. En España, una de cada cuatro personas padece algún síntoma de trastorno alérgico, unas cifras que no han hecho más que aumentar. De hecho, en la última década este porcentaje se ha incrementado en un 10-15 por ciento y las previsiones son que siga esta tónica. Para la doctora Victoria Cardona, secretaria de la Fundación de la Sociedad Española de Alergología e Inmunología Clínica (Seaic) tres son fundamentalmente las razones que lo justifican: el poco contacto con microorganismos y bacterias producida por una excesiva higiene, el sedentarismo y el aumento de la contaminación.

Así, por ejemplo, la obesidad ha demostrado tener una relación con el asma que aún se está investigando, su incremento influye por tanto en la incidencia de esta patología. Además, según explica la doctora Matilde Rodríguez-Mosquera, presidenta de la Sociedad de Madrid y Castilla La Mancha de Alergología e Inmunología Clínica, los patrones alimentarios también tienen algo que ver, puesto que se consumen alimentos cada vez más procesados y con más aditivos que contienen sustancias muy alérgicas o bien potencian la aparición de este tipo de enfermedades.

Y es que las alergias tienen su origen en una determinada condición genética a la que se suman exposiciones ambientales que hacen que se desarrol-



llen. Los niños son habitualmente los más afectados debido a que su sistema inmunitario tiene predisposición a reaccionar con hipersensibilidad, sin embargo, a medida que se entra en contacto con patógenos esta tendencia se desvía hacia un patrón de tolerancia. No obstante, los alergólogos insisten en desterrar la creencia errónea de que hay que esperar hasta los 4-5 años para hacer las pruebas de alergia a estos pacientes, ya que pueden hacerse desde el primer día de vida.

En contraposición, son cada vez más las personas de 60-70 años que debutan con alergia al polen o a otro factor ambiental. Así, por ejemplo, la proliferación de zonas residenciales periféricas en las ciudades ha aumentado

el número de arizonicas, lo que unido al aumento de la temperatura y de la contaminación producida por partículas diesel, supone una mayor exposición a los alérgenos que acaban generando hipersensibilidad.

Enfermedades globales

Se trata de enfermedades sistémicas que afectan a todo el organismo y, por lo tanto, de manera global a la salud de los pacientes. Las más frecuentes son las alergias respiratorias, seguidas de las alimentarias. Por otro lado están las alergias al veneno de las abejas y avis-

pas, que tienen alrededor de 800.000 personas. Los expertos inciden en que se trata de patologías crónicas que afectan directamente a la calidad de vida del paciente. "No se tiene sólo una alergia. Las personas con asma alérgica suelen tener además rinitis y a su vez, conjuntivitis o sinusitis o incluso problemas digestivos", apunta la doctora Cardona.

Para concienciar de que estas patologías constituyen problemas de salud pública, la Organización Mundial de la Alergia ha establecido la primera semana

Cada vez más personas de 60 años debutan con alergia

mundial al respecto en la que se ha presentado, entre otras cosas, el Libro Blanco de la Alergia, un documento que plantea recomendaciones destinadas a las autoridades sanitarias y solicita una mayor conciencia pública, formación en atención primaria, un número adecuado de alergólogos y más estudios epidemiológicos, además de una mayor información sobre alérgenos de interior y exterior así como de la influencia de los contaminantes en las enfermedades.

Un centenario de vacunas

Han pasado 100 años desde que se descubriera la vacunación con alérgenos como forma de combatir estas patologías, de hecho, según apunta la doctora Rodríguez-Mosquera, son el único tipo de tratamiento que modifica la evolución de la enfermedad, mejorando a corto y a largo plazo la calidad de vida del paciente, especialmente en los alérgicos a picaduras de himenópteros y en las alergias respiratorias. La inmunoterapia consiste en la administración repetida y gradual de una sustancia alérgica a un paciente sensibilizado a ella durante un período de al menos tres años para modificar las células del sistema inmune que regulan el fenómeno de la alergia. No obstante, a pesar de reducir la sintomatología y cambiar el curso de la patología, en España menos de la mitad de los pacientes siguen el tratamiento adecuadamente.

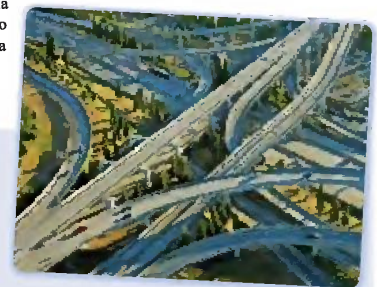
Un mapa cambiante

En España la alergia que se lleva la palma es la producida por el polen, si bien en la zona costera predominan a los ácaros y cada vez crece más la alergia a la caspa de los animales domésticos. Hablando de la primera, parece que esta primavera no tiene a priori por qué ser "la peor" —si bien la climatología de mayo será determinante puesto que si no llueve aumentará la concentración polínica—. Las previsiones a largo plazo son peores debido a que el polen unido a las partículas de contaminación se vuelve más agresivo y a que el cambio climático facilita el transporte de alérgenos y modifica los calendarios de polinización.

En la península las gramíneas de crecimiento espontáneo (o malas hierbas) son la causa más importante de polinosis. Esta sensibilización es más frecuente en el centro-norte de la Península mientras que en el litoral mediterráneo una maleza (la parietaria) relega a las gramíneas. Lo mismo sucede con el olivo en el sur de España.

Toxinas y sistema inmune

El 80 por ciento de nuestro sistema inmune reside en el intestino, sus mucosas son las que dejan pasar lo beneficioso e impiden que lo nocivo traspase las barreras. La contaminación ambiental, hábitos como el tabaco o el alcohol pueden producir una acumulación excesiva de toxinas en el intestino. Esto impide que el sistema excretor y linfático puedan eliminarlas provocando la inflamación de estas mucosas, lo que desemboca en que ciertas sustancias necesarias como minerales o vitaminas no sean asimiladas por el organismo, así como en la aparición de problemas digestivos, como gases y estreñimiento, además de otras alteraciones como dificultad para dormir, cansancio, retención de líquidos o piel envejecida. Nuestro organismo se vuelve más propenso a sufrir infecciones, pero no sólo eso, también provoca más alergias como



el asma o el eccema. "La alergia depende de nuestro sistema inmunológico. Una alteración de la flora puede bloquear su capacidad defensiva ante los alérgenos", apuntó el doctor Rafael Torres, presidente de la Asociación Española de Médicos Naturistas quien apunta a que la medicina biorreguladora a través de los medicamentos homeopáticos ayuda a eliminar estas toxinas acumuladas.