

[www.leti.de](http://www.leti.de) La nueva guía LETI en línea: expertos médicos de prestigio responden preguntas importantes sobre atopías y alergias.



Esta guía ha sido elaborada con el asesoramiento del Dr. Ludger Klimek, Allergiezentrum Wiesbaden, Presidente de la Asociación médica de alergólogos alemanes

# ¿CANSADO DE LA RINITIS ALÉRGICA?

Guía sobre la alergia al polen



LETI Pharma - Expertos en alergias y la piel. Más libertad y calidad de vida para los pacientes. Esa es nuestra misión.

LETI Pharma GmbH  
Gutenbergstraße 10  
85737 Ismaning,  
Alemania

Atención al cliente  
Tel.: +49 (0)2302 202 86-0  
info@leti.de  
www.leti.de

Nr. art. ALE0326

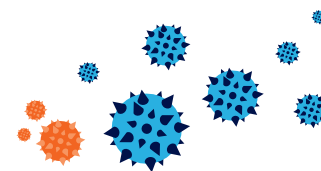
 **LETI Pharma**  
seit 1919 

## ¿CANSADO DE LA RINITIS ALÉRGICA?

# La alergia al polen y sus desencadenantes

**Puede imaginarse cómo su cuerpo actúa ante una reacción alérgica de la siguiente manera:** usted cree que un buen amigo es un ladrón e intenta defenderse de él erróneamente con todas sus fuerzas. Con la rinitis alérgica o fiebre del heno, el sistema inmunológico se defiende de forma desmesurada contra el polen de las plantas, que en realidad es completamente inofensivo. Solo hacen falta pocos granos de polen para desencadenar una reacción violenta del sistema inmunitario.

Los síntomas más comunes son el moqueo y el picor de la nariz, ataques de estornudos y ojos llorosos, enrojecidos e inflamados. Los síntomas son similares a los de un resfriado. Es por ello que se aconseja visitar al alergólogo y someterse a un test de alergias.



# 15 %

de la población de Alemania padece de rinitis alérgica. Eso equivale a

# 12 millones de personas.

**Los numerosos tipos de polen de planta pueden desencadenar una rinitis alérgica:** hierbas, trigo, pasto, arbustos o árboles. Para un tratamiento efectivo, el alergólogo debe identificar el/los desencadenante(s) individual(es). Por ese motivo, se pregunta desde el principio al paciente sobre su historial médico de manera detallada.

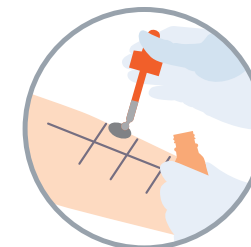
De esta manera se puede identificar los desencadenantes. Normalmente se identifica el tipo de planta mediante la denominada prueba de punción. Eso se puede realizar incluso con bebés.

El médico aplica varias soluciones, cada una de ellas con un alérgeno, en el antebrazo del paciente. Las introduce en la piel a través de una pequeña punción. Si el cuerpo reacciona a ello, por ejemplo, con enrojecimiento o picor, esto es un importante indicio de un desencadenante alérgico.

Rinitis alérgica



Prueba de punción



## INFORMACIÓN IMPORTANTE

# Alivio permanente de la rinitis alérgica

En los casos de alergias leves al polen, los denominados antihistamínicos alivian temporalmente los síntomas. Sin embargo, estos medicamentos solo alivian los síntomas de la alergia durante un corto período de tiempo y a menudo causan fatiga.

**La hiposensibilización es el único tratamiento que combate las causas de una alergia y mejora sus síntomas a largo plazo.**

También es la única manera de reducir el riesgo de la llamada marcha atópica o cambio de nivel: Normalmente los alérgicos no solo padecen una enfermedad alérgica, sino que varias. La neurodermitis suele ser el comienzo del viaje de un alérgico; en los años siguientes los pacientes suelen desarrollar además rinitis alérgica o asma alérgica. Las alergias «marchan» por el cuerpo, por así decirlo: de la piel a la nariz y los pulmones.

Consulte con su médico la posibilidad de una terapia hiposensibilizante.



4 de cada 5

**síntomas de las alergias pueden atenuarse con éxito mediante una hiposensibilización.**

**El éxito de la terapia se basa en la participación activa del paciente a lo largo de los más de tres años de tratamiento.**

## GUÍA RINITIS ALÉRGICA

# Consejos para el día a día

**Usted también puede contribuir a disminuir los síntomas:**

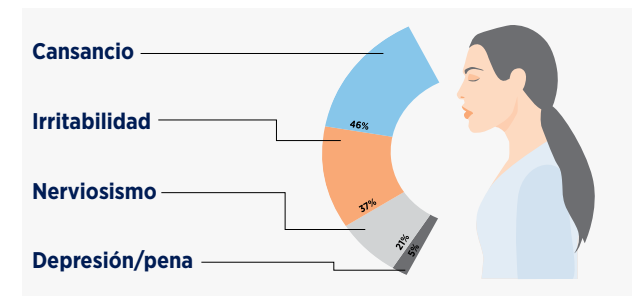
- limpie la nariz con sal refinada de forma regular.
- ventile su hogar si hay poco polen suspendido: en la ciudad entre las 6 y 8 a.m. y en el campo después de las 18 p.m.
- no guarde la ropa usada en el dormitorio.
- no vaya de vacaciones a regiones donde crezcan plantas desencadenantes de alergias o, por lo menos, donde no florezcan. Las zonas de alta montaña, islas o costas tienen, por lo general, una carga polínica menor.
- el pelaje de perros o gatos es un imán para el polen, así que cepille a su mascota a fondo delante de la puerta de su casa.
- no seque la ropa al aire libre.

Más información de interés en [www.leti.de](http://www.leti.de)

**Los pacientes con rinitis alérgica a menudo sufren de piel seca y picores.** Las alergias dañan la barrera cutánea. La piel pierde humedad, los alérgenos y los contaminantes del medio ambiente pueden penetrar en la piel y causar síntomas alérgicos. Por lo tanto, los alérgicos siempre deben tratar su enfermedad de forma global. El cuidado regular con productos médicos diseñados para el cuidado de la piel es una parte importante del tratamiento.

**Las alergias al polen no solo provocan síntomas físicos.** La calidad de vida y el rendimiento de los afectados también se ven alterados. Dado que sufren de picores, estornudos, rasguños y goteo nasal incluso por la noche, muchos alérgicos al polen no descansan adecuadamente. Por lo tanto, durante el día pueden estar irritables, inestables y, en algunos casos, incluso deprimidos.

### Efectos psicológicos de la rinitis alérgica



Fuente: Canonica G.W., Bousquet, J., Mullol, J., Scadding, G.K., Virchow, J.C: «A survey of the burden of allergic rhinitis in Europe», in Allergy 2007; 62 (Suppl. 85): 17-25.

### Cuidado de la piel para alérgicos al polen

**LETIAT4** es una serie de cuidados médicos de la piel diseñada especialmente para la piel de alérgicos\* y pacientes con neurodermitis. Todos los productos ayudan a aliviar los cuatro síntomas más habituales: sequedad, picor, irritación e infección.

Las personas alérgicas deben aplicarse la crema dos veces al día para proteger de forma óptima su barrera cutánea.



**PRUÉBELO GRATIS\*\***

Pida muestras gratuitas de LETIAT4 y conozca el producto: [www.leti.de/gratisprobe](http://www.leti.de/gratisprobe)

\* Subtipo I como fiebre del heno o asma alérgica  
\*\* hasta acabar existencias

[www.leti.de](http://www.leti.de) La nueva guía LETI en línea – con aún más consejos e información para alérgicos