

## Rinitis Alérgica



### ¿Qué es la rinitis alérgica?

La rinitis alérgica (también llamada “fiebre del heno”) ocurre cuando se respira algo a lo que se es alérgico y que hace que la parte interna de la nariz se inflame. La rinitis alérgica afecta a 40 millones de personas en los Estados Unidos.

### ¿Cuáles son los indicios y síntomas de la rinitis alérgica?

Los síntomas de la rinitis alérgica son similares a los de un resfriado común. Sin embargo, a diferencia de los síntomas del resfriado común, los síntomas de la rinitis alérgica pueden durar más de 8-10 días y pueden incluir:

- Congestión nasal y moqueo.
- Estornudos.
- Picor en la nariz, picor en los ojos u ojos llorosos.
- Los niños con rinitis alérgica pueden presentar ojeras oscuras, o usar la palma de la mano para apretarse la nariz intentando aliviar el picor (lo que se conoce como “el saludo del alérgico”).
- Tos causada por las mucosidades que bajan por la parte posterior de la garganta.

### ¿Cuál es la causa de la rinitis alérgica?

La rinitis alérgica se debe a sustancias que provocan alergias, denominadas alérgenos. Los alérgenos pueden encontrarse tanto en casa como fuera de casa. Cuando la rinitis alérgica se debe a alérgenos exteriores comunes, como el hongo o el polen de árboles, gramíneas y hierbas, se suele denominar alergia estacional o “fiebre del heno.”

La rinitis alérgica también puede deberse a alérgenos presentes en las casas, como la caspa de animales (pequeñas escamas de piel y saliva), hongo de interior, excrementos de cucarachas o ácaros del polvo doméstico (unas diminutas criaturas que se encuentran en las casas).

- Si presenta síntomas en primavera, probablemente sea alérgico al polen de los árboles.
- Si presenta síntomas en verano, probablemente sea alérgico al polen de las gramíneas pastos y las hierbas.
- Si presenta síntomas a finales de verano y en otoño, probablemente sea alérgico a la ambrosía.
- Los ácaros, los mohos y la caspa de animales (saliva o escamas de piel) provocan síntomas a lo largo de todo el año.

Un alergólogo/inmunólogo puede realizar ensayos en la piel para decidir los alérgenos causantes de sus síntomas.



555 E. Wells St., Ste. 1100  
Milwaukee, WI 53202-3823  
Phone: (414) 272-6071  
Fax: (414) 272-6070  
E-mail: [info@aaaai.org](mailto:info@aaaai.org)  
Web site: [www.aaaai.org](http://www.aaaai.org)



## Rinitis Alérgica

### ¿Qué opciones de tratamiento existen?

Los antihistamínicos y esprays nasales que se encuentran en las tiendas pueden ayudar algo al principio, pero pueden tener efectos secundarios desagradables. Estos antihistamínicos pueden provocar cansancio y los esprays nasales pueden empeorar la congestión. Los esprays nasales y antihistamínicos que le recete su doctor son un tipo distinto de medicamento y son muy útiles para controlar los síntomas. Algunos son seguros para los niños pequeños y todos son seguros para los adultos.

Su alergólogo/inmunólogo determinará el medicamento y tratamiento que sea más adecuado para usted.

### ¿Qué son las inyecciones contra la alergia?

Para algunos pacientes, las inyecciones contra la alergia, también denominadas inmunoterapia, son muy útiles, además de seguras. Las inyecciones contra la alergia ayudan al cuerpo a manejar los alérgenos.

Puede que su doctor le hable sobre las inyecciones contra la alergia si sus síntomas alérgicos son fuertes o muy fuertes, si los experimenta a lo largo de todo el año, si no responden bien a los medicamentos o si se deben a alérgenos difíciles de evitar, como los pólenes de flores o los ácaros del polvo doméstico.

### ¿Puedo hacer algo para evitar la rinitis alérgica?

Puede hacer algunos cambios en su casa que podrían contribuir a mejorar los síntomas:

Aunque es mejor no tener mascotas si tiene rinitis alérgica, si lava a su mascota (con pelo) una vez por semana y no la deja entrar en el dormitorio y la mantiene alejada del dormitorio, la situación puede mejorar.

Ponga las almohadas y colchones dentro de bolsas de plástico selladas, para evitar los ácaros, y lave las sábanas con agua caliente una vez por semana. Las lavadoras de lavandería no tienen agua suficiente para matar a los ácaros.

Mantenga las ventanas cerradas. Si es posible, utilice un aparato de aire acondicionado y un deshumidificador, para que no haya tantos pólenes y mohos en la casa.

Un alergólogo/inmunólogo podrá responder a otras preguntas que tenga sobre la rinitis alérgica. Visite [www.aaaai.org](http://www.aaaai.org) si desea más materiales educativos sobre la rinitis alérgica.



611 East Wells Street  
Milwaukee, WI 53202  
Phone: (414) 272-6071  
Fax: (414) 272-6070  
E-mail: [info@aaaai.org](mailto:info@aaaai.org)  
Web site: [www.aaaai.org](http://www.aaaai.org)