

Los Desafíos de las Alergias en Primavera y Verano: Lo que Necesitás Saber

Salud



Publicada el: 17/11/24	Visitas: 75
Comentarios: 0	Ver comentarios
Votos: 21	Puntaje: 4.4

https://www.ultimasnoticias.com.uy/salud/los-desafios-de-las-alergias-en-primavera-y-verano-lo-que-necesitas-saber_8585.php

LOS DESAFÍOS DE LAS ALERGIAS EN PRIMAVERA Y VERANO: LO QUE NECESITÁS SABER

Salud

Los Desafíos de las Alergias en Primavera y Verano: Lo que Necesitás Saber

Alergias en Primavera y Verano: Claves Esenciales para Manejar la Temporada.

Aumentan los Síntomas Alérgicos con la Llegada de la Primavera y el Verano

Con la llegada de la primavera y el verano, millones de personas a nivel mundial enfrentan un incremento en los síntomas alérgicos.

La polinización de diversas plantas y árboles, junto con otros alérgenos estacionales, son responsables de una serie de reacciones alérgicas que afectan la calidad de vida de quienes las padecen.

Este año, los expertos en salud enfatizan la importancia de la prevención y el manejo efectivo de las alergias estacionales.

¿Qué son las Alergias Estacionales?

Las alergias estacionales, comúnmente conocidas como fiebre del heno o rinitis alérgica, son causadas por la exposición a alérgenos como el polen de árboles, gramíneas y malezas.

Según la Asociación Mundial de Alergia, se estima que más de 400 millones de personas sufren de rinitis alérgica en todo el mundo, y esta cifra continúa creciendo cada año.

Los síntomas típicos incluyen estornudos, congestión nasal, picazón en los ojos y fatiga.

Consejos para Manejar las Alergias de Primavera y Verano

Monitorear los Niveles de Polen: Mantente informado sobre los niveles de polen en tu área.

Existen aplicaciones y sitios web que proporcionan informes diarios sobre polen.

Planifica tus actividades al aire libre en momentos de menor concentración de polen.

Limpiar el Hogar: Durante la temporada de alergias, es crucial mantener un hogar libre de alérgenos.

Aspira regularmente y utiliza filtros HEPA en los sistemas de calefacción y aire acondicionado.

Lava la ropa de cama con frecuencia y evita el uso de alfombras, que pueden acumular polvo y polen.

Usar Medicamentos Antialérgicos: Consulta a un médico sobre el uso de antihistamínicos y spray nasales de corticosteroides.

Estos medicamentos pueden ayudar a aliviar los síntomas y mejorar la calidad de vida.

Evitar el Contacto con Alérgenos: Limita las actividades al aire libre en días de alta polinización.

Si debes salir, considera usar gafas de sol y una mascarilla para reducir la exposición al polen.

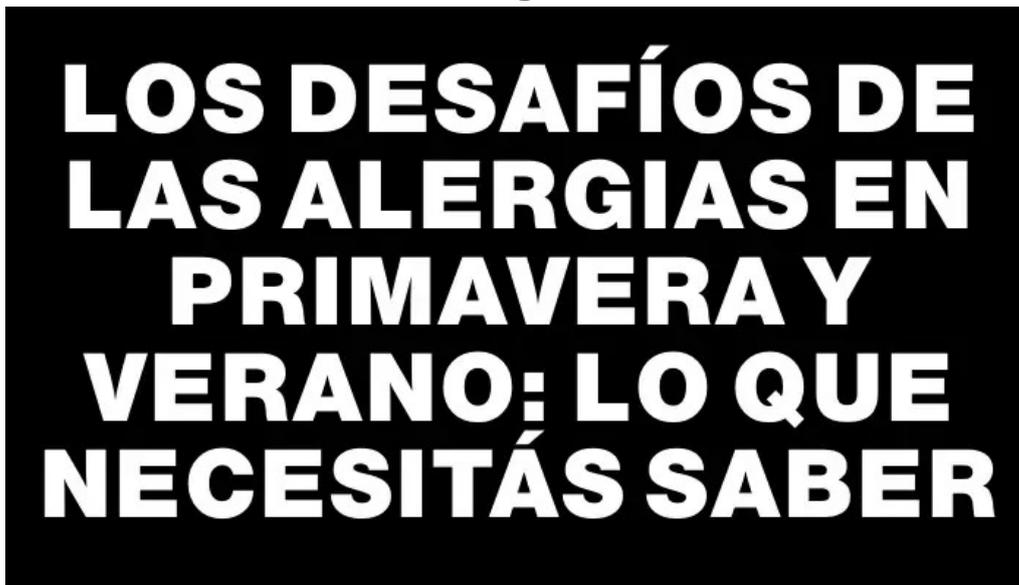
Consultar a un Especialista: Si los síntomas son severos o persistentes, es recomendable visitar a un alergólogo.

Los especialistas pueden realizar pruebas para identificar los alérgenos

específicos y ofrecer tratamientos adecuados, como la inmunoterapia. Es fundamental estar bien informado y preparado para lidiar con las alergias estacionales, especialmente durante la primavera y el verano, para asegurar una mejor calidad de vida.

Fuente: Grupo R Multimedia

Imágenes



Los desafíos de las alergias en primavera y verano lo que necesitas saber

Tags

rinitis, mundial, millones, primavera, temporada, niveles, calidad, estacionales, llegada, manejar, personas, alergias

Noticias relacionadas

4.8 * *El plátano, un árbol polémico en primavera, pero una experta resalta sus beneficios en la vida urbana durante el resto del año*

4.5 * *Estrategias efectivas para lidiar con la pelusa del plátano y aliviar las alergias primaverales*

4.1 * *La Iii Escuela de Primavera en Guaviyú: un evento que conquista corazones y fomenta el aprendizaje comunitario*

3.7 * *La primavera se asoma con su sinfonía de aves y el estallido de colores en las flores*

3.7 * *Celebración de la renovación del emblemático Teatro de Verano*

- 4.3 *** *Celebración primaveral: futuros psicólogos y educadores físicos dieron la bienvenida al Centro de Día de Ajupe*
- 4.3 *** *Universidad abre las puertas a la Iii Escuela Latinoamericana de Primavera en Salto*
- 4.7 *** *La Intendencia impulsa el Plan de Huertas Familiares y distribuirá 3500 packs de semillas para la temporada primavera-verano*
- 4.1 *** *Fiesta de la Primavera en Dolores: Fechas y Detalles Imperdibles*
- 4.0 *** *La llegada de la primavera este fin de semana promete temperaturas en alza; no te pierdas el informe de Nubel Cisneros*

Categorías

Interior
aldea
Breves
básquet
ciencia
Clima
columnistas
Cotizacion monedas
Cultura
Curiosidades
departamentales
Deportes
derechos humanos
díálogos
Economía
Empresariales
Empresas
Fútbol internacional
Fútbol uruguayo
Fúnebres
fútbol
General
género y feminismos
internacional
Internacionales
latidos

Maldonado
Mascotas
minuto a minuto
Mundo
municipales
Nacional
Estados Unidos
noticias de local
México
noticias de salud
noticias de tecnología
obituarios
Opinión
policial
Policiales
Política
Principal
Resultados de juegos
Rurales
Salto
Salud
Show
sin categoría
sindicales
Sociedad
Tecnología & internet
titulares del día
tribuna
Turf
uncategorized
uruguay decide 2024