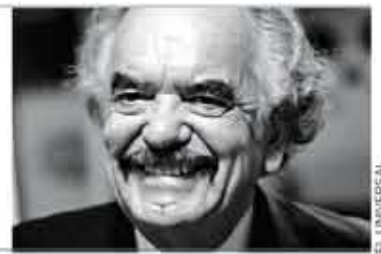


PROYECTO UNAM

Coordinador: Roberto Arturo Gutiérrez Alcalá robargu@hotmail.com

Conferencia sobre Rubén Bonifaz Nuño

El Instituto de Investigaciones Filológicas de la UNAM invita a la conferencia "El Amor y Rubén Bonifaz Nuño", que será impartida por Marco Antonio Campos hoy viernes 14 de febrero, a las 12:00 horas, en el Aula Magna del citado instituto (Circuito Mario de la Cueva s/n, Ciudad Universitaria). Moderadora: Martha Montemayor



SE INCREMENTAN EN EL DF LAS CONCENTRACIONES DE

PÓLENES

ALERGÉNICOS

Pueden causar diversos tipos de alergias, así como asma y otras respuestas patológicas, en ciertos sectores de la población

Roberto Gutiérrez Alcalá

En las últimas semanas se han incrementado en el aire de la ciudad de México las concentraciones de pólenes alergénicos provenientes de árboles y pastos, y con ello ha aumentado considerablemente el riesgo de que ciertos sectores de la población padezcan diversos tipos de alergias, así como asma y otras respuestas patológicas.

"Esto ya lo esperábamos. Después de cinco años de análisis en la Red Mexicana de Aerobiología (REMA) de la UNAM, sabemos que la cantidad de pólenes provenientes principalmente de árboles como fresnos, ailes y algunos del género *Cupressus* (cedros, juniperos y tuyas) se empieza a incrementar en el aire de nuestra ciudad a partir de noviembre o diciembre. Ahora bien, estas concentraciones polínicas varían según la zona de que se trate", dice María del Carmen Calderón Ezquerro, investigadora del Centro de Ciencias de la Atmósfera de la Universidad Nacional y coordinadora de la REMA.

Síntomas

Los síntomas asociados a las partes alergénicas de los pólenes, que son las partes proteicas, dependen tanto de las concentraciones y las especies polínicas, como de la sensibilidad de cada individuo.

Es decir, no todas las personas son sensibles a todas las especies polínicas y no todas las personas responden de igual manera a una especie polínica en particular. Muchas pueden presentar síntomas asociados a las vías respiratorias o las mucosas; y otras, a los ojos, la nariz, los bronquios o la garganta.

Debido a la importancia que ha cobrado la REMA, consideramos que instancias gubernamentales como las secretarías del Medio Ambiente y de Salud, y el Sistema de Monitoreo Atmosférico de la ciudad de México tendrían que considerar la posibilidad de poner en sus plataformas la información que genera, para que más personas puedan consultarla"

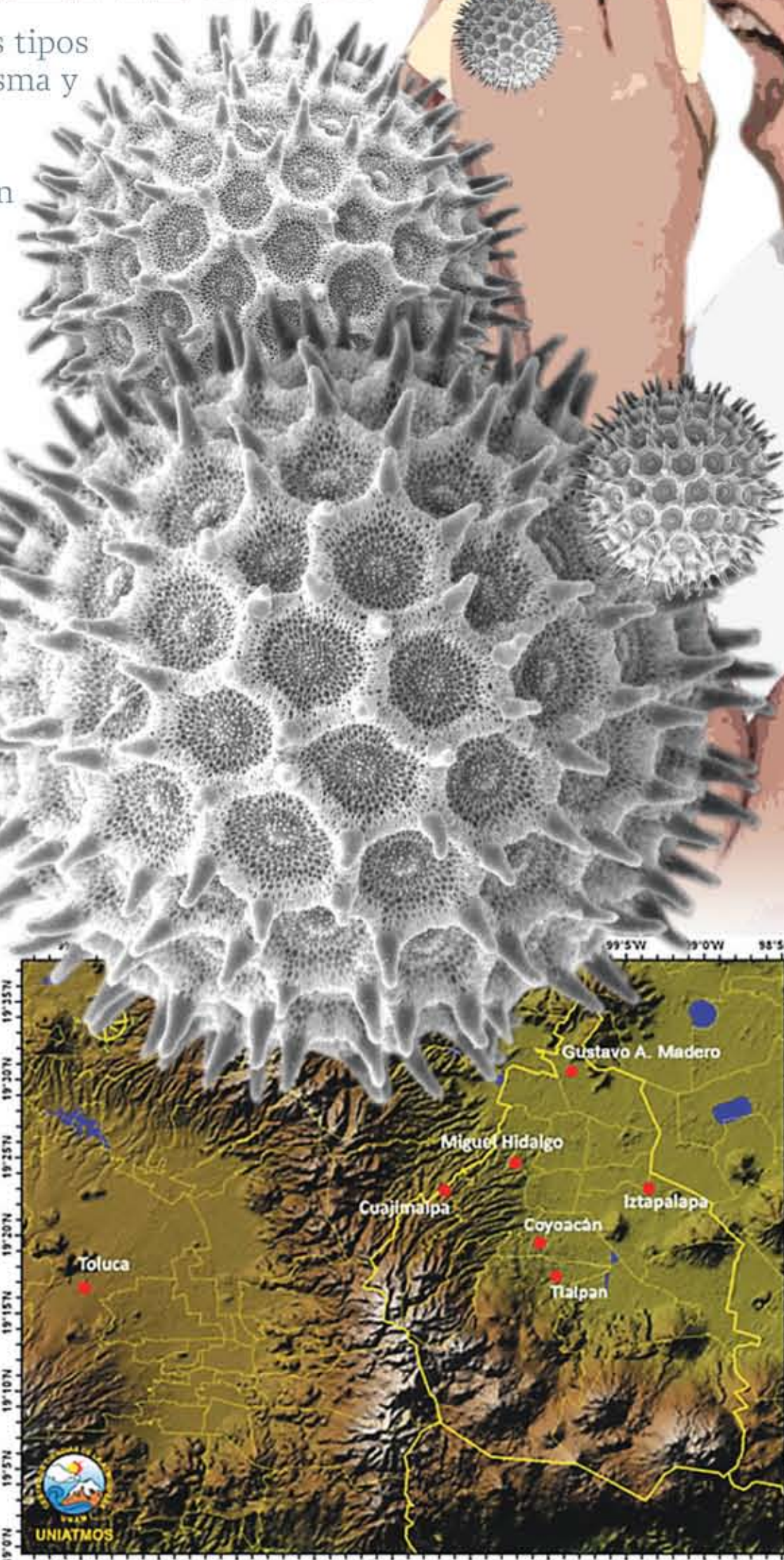
María del Carmen Calderón Ezquerro, investigadora del Centro de Ciencias de la Atmósfera y coordinadora de la REMA de la UNAM

Por ejemplo, algunos individuos presentan sólo síntomas oculares: prurito, lagrimeo y sensación de tener los ojos rojos o un cuerpo extraño en ellos; otros, síntomas nasales que generalmente son confundidos con síntomas gripales por la mayoría de la gente e incluso por personal de salud: congestión nasal, escurreniento, estornudos y comezón en la nariz; otros, síntomas bronquiales: falta de aire, sibilancias (sonidos que hace el aire al pasar por las vías respiratorias congestionadas), tos y sensación de no poder respirar en forma adecuada; y otros más, síntomas asociados a la garganta: irritación, cosquilleo y carraspeo.

"Aun más, puede haber reacciones diferentes: paciente que reacciona con ojos y nariz, pacientes que reaccionan con nariz y bronquios, y pacientes que lo hacen con bronquios y garganta; es decir, no existe una sola forma de reaccionar ante una alergia", apunta Guillermo Guidos Fogelbach, médico alergólogo del Servicio de Alergia del Centro Médico Nacional Siglo XXI y colaborador permanente de la REMA.

Por otro lado, los síntomas que pueda presentar alguien que es sensible a una sola especie polínica serán diferentes de los que presente alguien que es sensible a 10.

"¿Por qué? Porque quién sea sensible a una sola especie polínica tendrá síntomas durante menos tiempo que quien lo sea a 10: este individuo tendrá síntomas matutinos, vespertinos o nocturnos, o bien a lo largo de todo el día. Esto depen-



MUESTREO. Ubicación de las siete estaciones de la REMA en la ciudad de México y Toluca

25 a 30%

de la población mexicana se ve afectada por la polinosis o alergia a los pólenes, según reportes de la Secretaría de Salud

derá mucho de la sensibilidad y susceptibilidad de cada persona", agrega el médico especialista.

Recurrencia

Algunos individuos presentan síntomas subcutáneos, oculares o respiratorios únicamente en primavera, otros únicamente en invierno y otros más siempre que se acercan a una fuente emisora, como un parque, o se acuestan en el pasto. Por eso, para tratar con éxito una alergia polínica, el médico alergólogo debe tomar en cuenta la estacionalidad y la recurrencia de los síntomas, el tiempo que la persona los padece y si están asociados a otras patologías.

Y es que si una persona lleva tres días con síntomas nasales, como escurreniento y estornudos, acompañados de síntomas generales, como fiebre y malestar, y no tiene antecedentes familiares de alergias, es difícil asociar tales síntomas a un cuadro alérgico. Pero si desde hace meses o años los padece y en una temporada se incrementan, y además, tiene antecedentes familiares de alergias, el médico alergólogo puede sospechar con fundamento que se trata de una alergia. De ahí que sea fundamental no sólo ver el tipo de síntomas que se presentan, sino también en qué temporada

del año, durante cuánto tiempo y desde cuándo.

"Lo más importante es la recurrencia. Las alergias no se acompañan de síntomas generales, como fiebre y malestar. Por eso, si un individuo presenta síntomas bronquiales o nasales, y son recurrentes y no se le quitan, y un médico le receta un tratamiento habitual para un cuadro gripal y no mejora, y vuelve a presentar los mismos síntomas con igual magnitud o más agudizados, lo mejor es hacer un alto y pensar que probablemente tiene una sensibilidad alérgica", subraya Guidos Fogelbach.

La REMA

Para determinar a qué es alérgica una persona, el médico alergólogo le hace un estudio en el que valora su historia clínica y la recurrencia de sus síntomas.

Dicho estudio se complementa con pruebas de alergias, que consisten en aplicar o administrar diferentes alérgenos a través de un ligero rasguño o escarificación en la piel, y ver la reacción de la persona (si es sensible, presentará una reacción local en el lugar de aplicación de cada alérgeno).

En este punto del problema es donde la labor de la REMA resulta invaluable, ya que informa puntualmente qué póle-

RECOMENDACIONES

SI PRESENTA síntomas recurrentes, acuda con un médico alergólogo para que le haga un diagnóstico oportuno y así evite que el proceso inflamatorio que caracteriza a las alergias avance

SI SABE con certeza que es alérgico a ciertos pólenes porque las pruebas cutáneas que le hicieron resultaron positivas, revise constantemente la página de la REMA

TOME las medidas preventivas necesarias, como no estar expuesto a las fuentes de emisión de pólenes o mantener las ventanas cerradas en las horas de mayores concentraciones polínicas

» Tratamiento integral

El tratamiento de las alergias es un tratamiento integral que conlleva la modulación inflamatoria mediante fármacos, una serie de medidas ambientales -entre las cuales se incluye la información al paciente-, la revisión de las fuentes de emisión polínicas y la modulación inmunológica. Esta última la realiza el médico alergólogo por medio de la llamada inmunoterapia específica, que consiste en generar en el paciente tolerancia a las sustancias a las cuales es sensible.

Para llevar a cabo un tratamiento integral de alergias se requiere saber a qué sustancias es alérgico el paciente.

nes se encuentran en el aire de varias zonas de la ciudad de México y en qué concentraciones.

"Hace cinco años, mis colaboradores y yo comenzamos a hacer el Calendario Polínico. Hoy casi lo tenemos listo. De esta manera podremos informar con seguridad qué pólenes habrá en cada época del año en la ciudad de México, lo cual permitirá que la gente tome las medidas de prevención necesarias y los médicos sepan cómo controlar las alergias y otras respuestas patológicas ocasionadas por ellos", asegura Calderón Ezquerro.

Por lo pronto, la REMA tiene una página electrónica (www.atmosfera.unam.mx/rema) en la que se da cuenta semanalmente de las concentraciones de pólenes registradas en cada una de sus siete estaciones de muestreo (Cuajimalpa, Coyoacán, Iztapalapa, Miguel Hidalgo, Tlalpan, Gustavo A. Madero y Toluca), así como del pronóstico para la siguiente semana.

Los semáforos de alerta polínica de cada estación utilizan los colores tradicionales: el verde significa que las concentraciones de pólenes son bajas; el amarillo, moderadas; el rojo, altas; y el rojo con negro, muy altas.

"Antes, esta clase de información se generaba muy poco en nuestro entorno. Sin embargo, cuando se estableció la REMA, nos abocamos a monitorear las concentraciones de pólenes en la ciudad de México los 365 días del año. Por lo tanto, ya podemos decir con certeza qué pólenes hay en el aire de varias zonas y en qué concentraciones. Esta información es muy valiosa tanto para la gente como para el sector salud. Nuestro objetivo es crear lo que ya existe en Estados Unidos y Europa: una cultura que le permita a la gente cuidarse. Así como se cuidan de los fríos de invierno, las personas alérgicas podrán cuidarse de lo que respiran", concluye Calderón Ezquerro.