

# CONSEJOS

- ✓ Si tienes síntomas, consulta con tu especialista que en este caso será un alergólogo/inmunólogo.
- ✓ Identifica a lo que seas alérgico/a
- ✓ Para ventilar la casa el mejor momento es primera hora de la tarde, o los días lluviosos.



[www.folletosalud.org](http://www.folletosalud.org)

## LAS ALERGIAS

### ¿Qué son las alergias?

Una alergia es una reacción del sistema inmunitario hacia algo. Quienes tienen alergias suelen ser sensibles a ciertos alérgenos. Los más comunes son:

- Polen
- Ácaros del polvo
- Alimentos
- Picadura de insectos
- Caspa animal
- Esporas de moho
- Medicamentos
- Látex

Las reacciones alérgicas comienzan en el sistema inmunológico. El sistema inmunológico protege de los organismos invasores que pueden causar enfermedades. Si se tiene alergia, el sistema inmunológico interpreta como invasora la sustancia que, de otro modo, sería inofensiva. Esta sustancia se llama alérgeno.

El sistema inmunológico reacciona al alérgeno produciendo anticuerpos. Estos viajan a las células que liberan histamina y otros mediadores químicos, y causan una reacción alérgica.

[www.folletosalud.org](http://www.folletosalud.org)



CONÉCTATE

ALERGIAS