

UNIDAD DE GESTION CLINICA DE ALERGOLOGIA

HOSPITAL GENERAL UNIVERSITARIO. ELDA (HGUE)

¿Qué es la alergia?

La **alergia** es una respuesta exagerada del organismo producida por el contacto con determinadas **sustancias alergénicas** o alérgenos (inhalantes como los ácaros, caspa de animales, pólenes de árboles y malezas, o agentes presentes en el medio laboral como la harina de cereales, latex, etc, alimentos, medicamentos, veneno de abeja y avispa, y otras), que inducen manifestaciones clínicas características. El sistema inmunitario de los individuos alérgicos produce anticuerpos IgE cuando se expone repetidamente a tales sustancias (o **sensibilización**).

Las enfermedades alérgicas son consideradas por la Organización Mundial de Alergia (WAO) un problema importante de salud pública. La **prevalencia creciente** en países desarrollados, donde ya afectan al 20% de la población, como en los que están en vías de desarrollo, hacen considerarlas como una epidemia del siglo XXI. Según algunos especialistas, se espera que en 2050 cerca de la mitad de la población padecerá algún trastorno alérgico.

La Unidad de Alergología del HGUE inició su andadura en enero de 1988, celebrando su 25º Aniversario en abril de 2013 .Durante este periodo fueron atendidos en nuestra consulta 90.053 pacientes, de los cuales 26.458 fueron de primera visita y 63.160 sucesivas.

CARTERA DE SERVICIOS

La Sección de Alergología está formada por tres Alergólogos que realizan su actividad asistencial en la zona de Consultas externas HGUE, de lunes a viernes, y en Centro de Salud Integrado de Villena (CSIV), martes y jueves.

UBICACIÓN:

Planta baja, ala izquierda (contigua al Sº de admisión) .Área de Consultas externas.

RECURSOS HUMANOS :

Jefe de Sección: Dr. Vicente Jover Cerdá

.Facultativos: Dr. Ramón Rodríguez Pacheco.

Dr. Joan Domenech Witek

.Diplomadas en Enfermería : Beatriz Tornero García

Isabel Ontañón Timón

M^aTeresa Colomina Colomina (CSIV)

.Auxiliar clínica: M^a José Iniesta

Isabel Abellán Gayo (CSIV)



PRESTACIONES DIAGNOSTICAS

ALERGIA RESPIRATORIA: Estudio de pacientes remitidos por sospecha de Rinitis, Conjuntivitis, Rinoconjuntivitis y asma bronquial.

ALERGIA MEDICAMENTOSA

ALERGIA ALIMENTARIA

ALERGIA A VENENO DE HIMENOPTEROS

ALERGIA CUTANEA: Estudio de pacientes con sospecha de Urticaria y/o angioedema, Dermatitis de contacto, Dermatitis atópica, Angioedema hereditario, Dermatitis ocupacional

ANAFILAXIA . ALERGIA A LATEX Y ANISAKIS.

OTRAS PRESTACIONES (DOCENCIA E INVESTIGACION):

Docencia Pregrado: Prácticas a alumnos UMH

Docencia Postgrado: Rotaciones MIR Médicos de Familia, FIR,

Formación continuada dirigido a EAP (Talleres de Inmunoterapia en Centros de salud, Cursos EVES..)

Investigación : Participación en ensayos clínicos, Comunicaciones a Congresos nacionales e internacionales, Publicaciones en revistas científicas, Tesis doctorales.

Participación en las Comisiones de Formación e Historias clínicas del HGUE.

Participación en sesiones clínicas Alergología y en sesiones mensuales organizadas por AVAIC

INFORMACION GENERAL

CITACIONES

- Los pacientes citados por **primera vez** que necesiten cambiar la fecha de consulta deben hacerlo **2 días antes** de la citación, comunicándolo en la misma consulta de Alergia o llamando al teléfono **966989096**
- Para solicitar cita de **revisión** (ya visto previamente en consulta de Alergia) lo pueden hacer los lunes, miércoles y viernes de **12 a 15 horas** al teléfono ya indicado.

ACTIVIDAD ASISTENCIAL 2015

Actividad de Consultas	n
Consultas Primeras	2.443
Consultas Sucesivas	3.704
Técnicas Diagnósticas y Terapéuticas	3.069
Actividad Específica	
Pruebas cutáneas	1.114
Test de Provocación	944
Espirometrias	819
Inmunoterapia	826
Oxido nitrico exhalado	387

DIPLOMA ACREDITATIVO, por parte del Comité Calidad Asistencial de la SEAIC, **POR SUPERAR CRITERIOS DE BUENA PRÁCTICA EN EL AUDIT DE INFORMES** (Sistema de calidad de Informes clínicos) en 2009/2010.

Según **Encuesta de calidad y satisfacción**, realizada en 2015, la valoración global de los pacientes fue muy buena en el 39.6% y buena en el 59.2%.

Nuestra Sección forma parte de la **Red de captadores** (pólenes y hongos) de la Asociación Valenciana de Alergología (AVAIC)

INFORMACIÓN PARA EL PACIENTE

CONSEJOS PARA EL PACIENTE ANTES DE ACUDIR A CONSULTA:

- Si es la primera vez que acude debe tomar las siguientes medidas:
 - No tomar antihistamínicos (pastillas para la alergia) 5 días antes
 - No aplicarse crema en los brazos el día que acuda a consulta
 - Podrá ir desayunado
 - Deberá aportar la medicación que toma así como todos los informes que tenga en relación con el motivo de consulta
 - En caso de reacciones con medicamentos, alimentos, cosméticos,... se aconseja aportar el nombre o llevar a consulta los agentes responsables

- En caso de ser una revisión en la que le hayan indicado que hay que hacer o repetir pruebas de alergia, o que crea ser alérgica a alguna cosa nueva:
 - Debe suspender los antihistamínicos (y anticitarrales/antigripales), 5 días antes de la fecha de Consulta.
 - Si tiene dudas, coménteles a la enfermera la medicación que está tomando.
- En caso de que esté con vacuna para la alergia
 - Deberá llevarla siempre que acuda a consulta a revisión
 - No debe quedarse sin vacuna antes de ir a revisión a no ser que su médico Alergólogo se la haya suspendido.
 - En caso de quedarse embarazada y estar en tratamiento con vacuna para la alergia con buena tolerancia, no hay motivos para retirarla

CONSEJOS ÚTILES PARA LAS PATOLOGÍAS ALÉRGICAS MÁS PREDOMINANTES EN LA ZONA:

1. Alergia ambiental

Los síntomas más habituales son rinitis (prurito nasal, mucosidad nasal, estornudos, congestión) así como rinoconjuntivitis (además de rinitis, prurito ocular, enrojecimiento ocular, lagrimeo, hinchazón ocular) y asma bronquial (falta de aire, ruidos en el pecho, tos, dificultad para el ejercicio físico).

1.1. Medidas de control ambiental para los alérgicos a:

a. Ácaros del polvo doméstico: Es importante intentar reducir en lo máximo la concentración de ácaros en la casa y sobre todo en el dormitorio mediante las siguientes medidas:

Aspirar la casa

No barrer

Limpiar el polvo con trapo húmedo

No usar plumero

No usar mantas

No tener alfombras ni moquetas

Lavar la ropa de cama a 60°C

Reducir la humedad interior de la casa por debajo del 50%.

No tener peluches ni libros en el dormitorio

Usar fundas antiácaros para el colchón y almohada

Ventilar suficientemente la casa, sobretodo el dormitorio

b. Pólenes: Es importante conocer la época de polinización del polen o pólenes a los que se es alérgico y durante esa época seguir las siguientes recomendaciones:

Evitar las actividades al aire libre

Evitar excusiones al campo sobretodo los días de viento

Mantener las ventanas cerradas durante la noche

Si se viaja en coche, hacerlo siempre con las ventanillas cerradas

Es útil el uso de aire acondicionado con filtro antipólenes.

Conviene estar informado de los conteos polínicos actualizados:
<http://www.polenes.com/> o <http://www.avaic.org/concentraciones>

c. Alérgenos animales: La mejor medida es retirar las mascotas del domicilio de todo alérgico a ellas, pero si no es posible, se debe lograr:

Impedir la entrada del animal en el dormitorio del paciente (mantener siempre la puerta del dormitorio cerrada)

Retirar alfombras y moquetas que acumulan residuos orgánicos del animal

Bañarlo semanalmente

Cepillarlos fuera de casa

d. Hongos: Las esporas de los hongos y otras partículas fúngicas pueden inhalarse tanto en exteriores como interiores.

Consejos en el exterior

Evitar vegetación en descomposición

No visitar cuadras, establos, granjas,...

No entrar en almacenes de grano o paja y evitar su manipulación

No entrar en lugares donde se almacenen alimentos

Evitar cortar el césped o usar mascarilla para hacerlo

Consejos en el interior

Evitar el uso de humidificadores

Mantener la vivienda bien ventilada

Limpiar periódicamente el sistema de climatización y aire acondicionado

Al pintar la casa se pueden emplear pinturas antifúngicas, sobretodo en las zonas con tendencia a la formación de humedades

Mantener seco el cuarto de baño

Limpiar con frecuencia las ventanas para evitar la formación de humedades

Evitar la descomposición de alimentos.

Evitar animales con jaula (pájaros y roedores) y peceras

2. Urticaria

Es una manifestación cutánea de ronchas rojizas, elevadas y a menudo con picor que involucra a la porción superficial de la dermis. Cuando el episodio es inferior a 6 semanas, se considera un trastorno agudo.

Consejos generales para los pacientes con urticaria

Dieta

- En lo posible, limitar la ingesta a alimentos frescos y bebidas naturales, no envasados
- Evitar alimentos que puedan exacerbar la urticaria:
 - Bebidas alcohólicas
 - Especies picantes
 - Mariscos
 - Conservas de pescado
 - Quesos curados
 - Carnes y embutidos de cerdo
 - Frutos secos
 - Chocolate y derivados del cacao

Ropa

- Para evitar nuevas lesiones de urticaria, utilizar ropa poco apretada
- Lavar la ropa con detergentes suaves y aclarar bien

Baño

- En caso de que presente picor al salir de la ducha, sustituirla por baños templados y no con agua caliente
- Utilizar jabones no irritativos para la higiene corporal, de glicerina o avena
- Nunca frotarse la piel para secarse

Evitar otros factores físicos que aumenten la urticaria

- Exposición solar directa
- Calor y sudoración profusa
- Cambios bruscos de temperatura
- Roce y rascado de la piel
- Situaciones de tensión o ansiedad

3. Dermatitis atópica

Es una enfermedad crónica e inflamatoria de la piel caracterizada por aparición de lesiones de eccema que se acompañan de intenso picor, sequedad y, a veces, exudación de líquido y formación de costras. Aunque puede aparecer a cualquier edad, se produce fundamentalmente en la infancia, mejorando la mayor parte de los niños antes de los dos años.

En los pacientes con dermatitis atópica suelen existir antecedentes familiares y/o personales de alergia (rinitis, asma, alergia alimentaria, etc.).

Síntomas

Las lesiones se distribuyen de manera característica invadiendo cara, cuello y parte superior del tronco. Así mismo ataca los pliegues de los codos y las rodillas.

- Lactantes: la erupción se inicia en las mejillas y con frecuencia es vesicular y exudativa.
- Niños: Suelen sufrir intenso picor, enrojecimiento, sequedad y descamación. A menudo, la erupción afecta a los pliegues y en ocasiones asocia la formación de vesículas con posterior exudación y formación de costras.
- Adultos: Suelen tener lesiones secas hiper o hipopigmentadas con picor muy intenso y prolongado.

Los pacientes con dermatitis atópica pueden experimentar empeoramiento y mejoría según circunstancias tan variables como la estación del año, el clima, el medio ambiente, factores psicológicos o enfermedades intercurrentes.

Evolución

La dermatitis atópica tiende a la desaparición o a la mejoría en la gran mayoría de los casos.

Se estima que el 50 o 60% de los casos de inicio en la lactancia se curan hacia los 2 o 3 años de edad, y que más del 90% de los casos se curan hacia la pubertad.

Cuidados para el paciente con dermatitis atópica

- Cuidado corporal e higiene
 - El baño no debe prolongarse más de 10 minutos. Se aconseja el uso de agua templada (inferior a los 33°C). Evitar la fricción de la piel.
 - Se deben elegir geles para el baño que no resequen la piel, preferiblemente sobregrasos y con pH fisiológico.
 - El secado debe ser suave sin frotar con la toalla.
 - Aplicar después del baño crema emoliente específica. Se ha comprobado que el uso diario de una crema emoliente es una ayuda eficaz para espaciar los brotes.
 - Mantener las uñas cortas y limpias para evitar que durante el rascado se produzcan lesiones e infecciones.

- Vestimenta
 - Elegir preferentemente ropa de algodón y lino, incluida la de la cama, pues facilita la transpiración.
 - Evitar el uso de lana y los tejidos sintéticos que incrementan la temperatura corporal y acentúan el picor.
 - Al lavar la ropa, debe enjuagarse bien y evitar el uso de suavizante y lejías.
 - Se aconseja calzado con buena aireación y el uso de calcetines de algodón o hilo.
 - Toda ropa nueva debe ser lavada antes de usarla por primera vez.

ENLACES DE INTERÉS

[Asociación de Afectados por la Urticaria Crónica](#)

[Asociación de Alérgicos a las Picaduras de Himenópteros](#)

[Asociación de Familiares y Pacientes de Dermatitis Atópica](#)

[Asociación Española de Alérgicos al Látex](#)

[Asociación Española de Angioedema Familiar](#)

[Asociación Española de Déficits Inmunitarios Primarios](#)

[Asociación Española de Enfermos de Mastocitosis](#)

[Asociación Española de Alérgicos a Alimentos y Látex](#)

[Federación de Asociaciones de Celíacos de España](#)

[Asociación Madrileña de Alergias Alimentarias](#)

Sociedades Científicas:

[Sociedad Española de Alergología e Inmunología Clínica](#)

[Sociedad Española de Inmunología y Alergia Pediátrica](#)

[Asociación Valenciana de Alergología e Inmunología Clínica](#)