



8 de julio: Día Mundial de la Alergia

La Dirección General de Capital Humano, a través de la Dirección de Bienestar del Personal y la División de Asistencia Médica del Poder Judicial, lleva adelante el Programa de Medicina Preventiva “Juntos Por Nuestro Bienestar”, que busca informar y concienciar a funcionarios y usuarios de justicia en general sobre la importancia del cuidado de la salud física y mental.

En este sentido, se recuerda que la alergia es una reacción exagerada de nuestro sistema inmunológico ante sustancias generalmente inofensivas (alérgenos) como si fueran una amenaza. Los desencadenantes más comunes incluyen el polen, los ácaros del polvo, el moho, la caspa de mascotas, ciertos alimentos, medicamentos o picaduras de insectos.

Los síntomas varían dependiendo de la zona afectada y el tipo de alérgeno:

Respiratorias (rinitis o asma): Estornudos, congestión y goteo nasal, picor de nariz y garganta, y sibilancias o dificultad para respirar.

Cutáneas (eccema o urticaria): Picazón en la piel, manchas rojas, descamación y ronchas.
Oculares (conjuntivitis): Ojos llorosos, rojos, hinchados o con picor.

Alimentarias: Hormigueo en la boca, hinchazón de labios/lengua y, en casos graves, malestar estomacal o vómitos.

En casos muy graves, el contacto con el alérgeno puede desencadenar una anafilaxia. Se trata de una emergencia médica potencialmente mortal que provoca dificultad extrema para respirar, desmayos, inflamación severa de garganta y un descenso brusco de la presión arterial.

Si bien las alergias no tienen cura definitiva, pueden controlarse eficazmente:

Evitar el alérgeno: Identificar y limitar la exposición a aquello que causa la reacción.

Medicamentos: Uso de antihistamínicos, aerosoles nasales e inhaladores para controlar los síntomas.

Inmunoterapia: Vacunas antialérgicas que ayudan a desensibilizar al cuerpo frente a sustancias específicas a largo plazo.

*Material elaborado por la Dra. Zulma Basualdo, médica de la División de Asistencia Médica.