

Alergias de la niñez

(Childhood Allergies)

Una alergia es la reacción del cuerpo ante una sustancia ajena al mismo. Las reacciones alérgicas pueden aparecer en los sistemas respiratorios y digestivos y en la piel. Las reacciones alérgicas pueden incluir cualquiera de los siguientes síntomas: fiebre del heno, escozor y lagrimeo en los ojos, nariz tapada o mucosa, fiebre, dolor de cabeza, dolor en el cuerpo, silbido en el pecho, dificultad al respirar, tos, salpullido en la piel, eczema, ronchas, náusea, vómito o diarrea.

Aunque la tendencia a tener reacciones alérgicas es de carácter hereditario, las alergias específicas no lo son. De modo que si usted es alérgico a las plumas, no asuma que su niño será también alérgico a las plumas. Una tendencia alérgica continúa por toda la vida, pero las sensibilidades y reacciones de su niño pueden cambiar. Durante los primeros 18 meses de la vida de un niño, las alergias alimenticias son las más comunes. Las comidas que con frecuencia causan problemas son la leche de vaca, el trigo, los tomates, la soya, la mantequilla de maní o cacahuates, las fresas y los huevos. Los niños generalmente dejan de tener alergias a eso de los seis años. Otras causas de las alergias incluyen los medicamentos, y las partículas en el aire, tales como el polen, el humo, el polvo casero, el moho y la caspa de los animales. No hay cura para las alergias, pero algunos niños se mejoran de una manera natural durante sus años de adolescencia.

Si uno de los dos padres tiene una historia de alergias alimenticias, asegúrese de que el niño sea alimentado con leche materna por lo menos durante los seis primeros meses. Los niños que son alimentados con leche materna desarrollan menos alergias alimenticias que los que no lo son. Después de seis meses, agregue gradualmente a la dieta del niño comidas sólidas, una a la vez, por lo menos por cuatro días, antes de añadir una nueva comida. Esto facilitará que se puedan detectar las alergias específicas.

Si su niño tiene una alergia, la mejor manera de tratarla es evitando las sustancias que la causan. Si eso es imposible, tal como en el caso del polen, los síntomas se pueden tratar con antihistamínicos y descongestionantes de los que se obtienen sin receta médica.

Si su niño tiene los síntomas de una reacción alérgica seria, como por ejemplo dificultad al respirar, especialmente al poco tiempo de tomar una medicina, haber comido o al ser picado por un insecto, vaya a la Sala de Emergencia inmediatamente. Si los síntomas de su niño son menos serios, pero no se alivian con medicinas obtenidas sin receta médica, debe llamar a su proveedor de salud. Éste le puede recetar otros tratamientos. Algunas veces las pruebas de alergia de la piel u otra evaluación del Departamento de Alergias pueden ser útiles. Las vacunas contra las alergias pueden ayudar con ciertos tipos de alergias, pero no eliminan la sensibilidad a las alergias.

* * * * *

Para mayor información acerca de la salud ...

- Consulte su copia de *La salud en casa: Guía práctica de Healthwise y Kaiser Permanente*.
- Escuche el Teléfono de la salud de Kaiser Permanente llamando al 1-800-332-7563.

- Visite nuestro sitio Web en *members.kp.org*
- Contacte el Departamento de Educación para la Salud de su centro para obtener libros, videos, averiguar de clases y de recursos adicionales.

Esta información no tiene como objetivo diagnosticar problemas de salud ni tomar el lugar de los consejos médicos ni del cuidado médico que usted recibe de su doctor o de otro profesional médico. Si tiene problemas de salud persistentes, o si tiene preguntas adicionales, por favor consulte con su doctor.

Si tiene preguntas o necesita información adicional acerca de sus medicamentos, por favor hable con su farmacéuta.

Si tiene un problema médico de emergencia, llame al 911 o vaya al hospital más cercano. Cuando tenga un problema médico de emergencia, nosotros cubriremos la atención de emergencia tanto de proveedores del Plan como de proveedores fuera del Plan en cualquier lugar del mundo.

Se ofrece atención de emergencia en los Departamentos de Emergencia de los hospitales del Plan que figuran en *Su Guía a los Servicios de Kaiser Permanente*. Para su comodidad y para facilitarle la continuidad de la atención, le recomendamos que acuda al Departamento de Emergencia de un hospital del Plan, pero sólo cuando usted crea que es razonable hacerlo, teniendo en cuenta su problema médico o síntomas. Por favor consulte *Su Guía* para los Departamentos de Emergencia de los hospitales del Plan en su área.