

Evitar las picaduras en verano

Aunque asociamos el verano a las pelotas de playa, las pieles morenas y los picnics, la estación del buen tiempo también conlleva otra cosa: las picaduras de insectos. Aunque a muchos de nosotros simplemente nos fastidian estos molestos bichos, para muchos otros estadounidenses suponen más que una simple molestia.

Algunas personas pueden ser alérgicas a las picaduras de insectos. Se produce una reacción alérgica cuando el sistema inmunológico reacciona exageradamente ante el veneno inyectado por el insecto. Cuando ocurre esto, el organismo de una persona alérgica produce un anticuerpo de la alergia llamado Inmunoglobulina E (IgE), el cual reacciona ante el veneno del insecto. Esto provoca la liberación de la histamina y otras sustancias químicas causantes de los síntomas alérgicos.

La persona puede que no sufra una reacción alérgica grave la primera vez – pero si le vuelve a picar un insecto de la misma o de una especie similar, el veneno interactúa con el anticuerpo IgE que se generó en respuesta a la picadura anterior.

BZZZZ.....ABEJA ¡Atento!

Las reacciones alérgicas graves a las picaduras de insectos pueden afectar a muchos órganos del cuerpo y desarrollarse con rapidez. Esta reacción se denomina anafilaxia. Entre los síntomas de la anafilaxia se incluyen:

- Picores y habones en amplias zonas del cuerpo.
- Inflamación de la garganta y la lengua.
- Dificultad respiratoria.
- Mareos.
- Retortijones en el estómago.
- Náuseas o diarrea.

En los casos más graves, puede darse un descenso brusco de la presión sanguínea, lo cual puede producir la pérdida del conocimiento e incluso la muerte. Por ello las picaduras de insectos deben tomarse en serio.

Es importante saber cómo son estos insectos y dónde habitan. Casi todas las reacciones a picaduras se deben a estos cinco tipos de insectos:

- Véspulas: son negras con manchas amarillas y se encuentran en diversos tipos de climas. Sus nidos se ubican normalmente bajo

tierra, aunque a veces pueden encontrarse en muros de edificios, en grietas de piezas de mampostería o entre montones de leña.

- Abejas: su cuerpo es redondeado y velludo y presenta manchas marrones oscuras y amarillas. La abeja deja el aguijón dentro de su víctima y por ello muere. No son agresivas generalmente, sólo pican si las molestan, a excepción de sus primas más agresivas del suroeste. Viven en panales contruidos en árboles, neumáticos viejos u otros lugares parcialmente protegidos.
- Avispas: son delgadas y presentan manchas negras, marrones, rojas y amarillas. Viven en panales circulares bajo los aleros, tras las contraventanas o entre arbustos y montones de leña.
- Avispones: negros o marrones con manchas blancas, naranjas o amarillas. Sus nidos son grises o marrones y se encuentran normalmente muy por encima del suelo, por ejemplo, en los árboles.
- Hormigas bravas rojas: hormigas marrones rojizas que viven en grandes montículos, casi siempre en zonas de climas calurosos. Pueden atacar sin que prácticamente nos demos cuenta, inyectando una concentración alta de toxinas que causan un dolor tremendo.

Evitar el ¡ay!

La prevención es un buen tratamiento para las alergias a las picaduras de insectos. Siga estos consejos para protegerse de ellas:

- No se acerque al “territorio” de los nidos de estos insectos.
- Contrate a un fumigador profesional para que destruya los nidos cercanos a su casa.
- Si se encuentra con insectos voladores, quédese quieto y callado y haga movimientos lentos. No trate de matarlos.
- Muchos de estos insectos buscan néctar, por lo que es conveniente no parecer una flor – evite llevar ropa de colores llamativos o colonias si sale al campo.
- Tenga cuidado al cocinar, comer o tomar bebidas dulces como refrescos o zumos si se encuentra en plena naturaleza - el olor de la comida atrae a los insectos. Mantenga la comida bien tapada hasta el momento de comérsela.
- Lleve un calzado cerrado si sale al campo y evite ir descalzo.

Está probado que la inmunoterapia contra el veneno, o vacunas contra la alergia, son eficaces en un 90% de los casos. Este tratamiento evita que se

produzcan reacciones graves en caso de picadura de insecto. Su alergólogo determinará si es el tratamiento indicado para usted.

Si cree que puede ser alérgico a las picaduras de insectos, consulte a un alergólogo o inmunólogo. Para localizar a un alergólogo o inmunólogo en su zona o recibir información adicional sobre el asma, llame al Servicio de Información y Remisión de Pacientes (Physician Referral and Information Line) de la AAAAI al número (800) 822- 2762.

Entre los síntomas comunes de la alergia a las picaduras de insectos se incluyen:

- Picores y habones en amplias zonas del cuerpo.
- Inflamación en la garganta y lengua.
- Dificultad respiratoria.
- Mareos.
- Retortijones en el estómago.
- Náuseas o diarrea.

Insectos comunes que pican:

- Véspulas
- Abejas
- Avispas
- Avispones
- Hormigas bravas rojas

Para saber más sobre alergia a las picaduras de insectos, consulte la página web del Centro del Paciente y el Consumidor (Patients and Consumers Center) de la AAAAI: www.aaaai.org.