



Alergia a los ácaros del polvo doméstico

La alergia al ácaro del polvo doméstico es un problema que afecta a millones de personas en todo el mundo.

A diferencia de los pólenes que solo provocan síntomas estacionales, los alérgenos de los ácaros del polvo están presentes todos los días del año. Los alérgenos de los ácaros del polvo doméstico pueden producir síntomas nasales, oculares, en la vías respiratorias inferiores y en la piel de manera persistente y recurrente.

¿QUÉ SON LOS ÁCAROS DEL POLVO DE LA HOGAR?

Los ácaros del polvo son insectos microscópicos de ocho patas que son la causa principal de reacciones alérgicas al polvo.

La piel muerta llamada caspa humana es la principal fuente de alimento para estos insectos comunes. Los ácaros del polvo no viven en nuestra piel, sino que viven en áreas donde abunda la caspa humana, como ropa de cama, colchones y muebles tapizados. Una vez que los ácaros digieren su alimento, producen alérgenos potentes que se liberan en sus heces. La inhalación o el contacto físico con los excrementos, que son aproximadamente del mismo tamaño que un grano de polen, provoca síntomas alérgicos. Hay muchas especies de ácaros, pero solo unos pocos se pueden encontrar en los hogares.¹

Los ácaros analizados con mayor frecuencia, en relación con la alergia humana, son *Dermatophagoides farinae* (D. farinae) y *Dermatophagoides pteronyssinus* (D. pteronyssinus).

¿DÓNDE VIVEN LOS ÁCAROS DEL POLVO DEL HOGAR?

Debido a que los ácaros del polvo se alimentan de la caspa humana, los colchones y las almohadas son los lugares ideales para las infestaciones de ácaros y tienen los niveles más altos de alérgenos de ácaros. Los ácaros del polvo crecen en ambientes cálidos y húmedos. Prefieren temperaturas en o por encima de los 70 grados y una humedad del 70 % al 80 %.¹ A pesar de que los ácaros del polvo se pueden encontrar durante todo el año en su hogar, están en su punto máximo en septiembre y octubre después de los meses de clima más cálido.

Las alfombras, la ropa de cama, los muebles tapizados e incluso los juguetes de peluche brindan las condiciones ideales para los ácaros del polvo. Si bien los colchones y las cubiertas de cama en el hogar son la principal fuente de alérgenos de ácaros, las personas alérgicas a los ácaros también están expuestas a alérgenos de ácaros importantes en lugares públicos como escuelas, cines y transporte público.

Los ácaros del polvo se encuentran típicamente “en las cosas” y no en el aire a menos que el polvo haya sido alterado, como después de aspirar. Por lo tanto, pocos alérgenos o ningún alérgeno aéreo está presente en el aire sin alteraciones.

DIAGNÓSTICO DE ALERGIA A ÁCAROS

Si se sospecha una alergia a los ácaros, el médico realizará una prueba cutánea con frecuencia para determinar si es alérgico. En una prueba cutánea, se aplicarán pequeñas gotas del alérgeno de ácaros sobre la piel o debajo de esta. Si es positivo, el área alrededor del lugar donde se aplicó el extracto de polvo de ácaros se tornará roja y se elevará. Si no hay ninguna reacción, tampoco hay sospecha de ninguna alergia. Sus antecedentes médicos y un examen físico, en combinación con una prueba de diagnóstico de alergia (piel o suero), ayudarán a su médico a identificar una alergia a los ácaros.

APROXIMADAMENTE EL 80 POR CIENTO DE LAS PERSONAS ALÉRGICAS SON ALÉRGICAS A LOS



PREVENCIÓN

La clave para reducir los síntomas de la alergia a los ácaros del polvo es la limpieza cuidadosa de todas las habitaciones donde pasa la mayor parte del tiempo. Dado que la mayoría de las personas pasan un tercio de sus vidas en el dormitorio, este es un buen lugar para comenzar. Aquí hay algunos pasos simples que puede tomar;

- Como los ácaros del polvo del hogar pueden crecer abundantemente en su cama, lo más importante que puede hacer es envolver sus colchones, somieres y almohadas en revestimientos de vinilo o sintéticos.
- Cambie su ropa de cama y fundas de almohada semanalmente.
- Use mantas y colchas lavables.
- Quite los muebles tapizados, las alfombras y las cortinas.
- Limpie con un trapeador mojado las superficies duras y aspire semanalmente.
- Quite los peluches.
- Mantenga la humedad por debajo del 50 %.
- Use agentes químicos para matar los ácaros y eliminar los alérgenos.

TRATAMIENTO DE LA ALERGIA A LOS ÁCAROS CON INMUNOTERAPIA

La inmunoterapia contra alergias es un tratamiento eficaz para sus síntomas de alergia.³ Con este tratamiento, su cuerpo desarrolla una resistencia a los alérgenos que actualmente afectan su vida diaria.⁴ En cuestión de meses, los síntomas deberían comenzar a disminuir, al igual que su necesidad de medicamentos sintomáticos que controlen el estornudo, la secreción nasal, la tos, las sibilancias o las ronchas asociadas con alergias.^{5,6} Como beneficio adicional, la inmunoterapia puede prevenir la aparición de otras alergias.⁴ Algunos estudios científicos han descubierto que los resultados de un ciclo de inmunoterapia con una duración de 3 años o más se mantienen durante 3 años o más después de haber completado el tratamiento.^{7,8} Entre la amplia variedad de posibilidades de tratamiento disponibles en la actualidad, la inmunoterapia contra alergias es el único tratamiento que ataca la causa subyacente de la alergia y altera el curso natural de la enfermedad.³ La inmunoterapia no está exenta de riesgos. Los posibles efectos secundarios pueden incluir: picazón, enrojecimiento e hinchazón en el

lugar de la inyección, y algunas veces dolor después de una inyección. Estas “reacciones locales” no se consideran graves.⁵ Aunque es raro, puede producirse una reacción alérgica en todo el cuerpo, llamada anafilaxia, después de una inyección. Para reducir el riesgo asociado con la inmunoterapia contra alergias, se recomienda esperar en el consultorio de su médico durante 30 minutos después de una inyección de inmunoterapia.⁴

MÁS INFORMACIÓN SOBRE LA INMUNOTERAPIA

Consulte a un médico especializado en alergias. Si experimenta síntomas alérgicos, es importante hablar con un médico que se especialice en el diagnóstico y tratamiento de enfermedades alérgicas. Según su historial y pruebas específicas, el especialista en alergias podrá determinar si usted es candidato para un tratamiento de inmunoterapia.

Referencias:

1. Asthma and Allergy Foundation of America. Dust mite allergy. [sitio web] 2015 [Disponible en: <http://www.aafa.org/page/dust-mite-allergy.aspx>.]
2. Andiappan AK, et al. Allergic airway diseases in a tropical urban environment are driven by dominant mono-specific sensitization against house dust mites. *Allergy*. Apr 2014;69(4):501-509.
3. Bousquet J, Lockey R, Malling HJ, Alvarez-Cuesta E, Canonica GW, Chapman MD, et al. Allergen immunotherapy: therapeutic vaccines for allergic diseases. *World Health Organization. American academy of Allergy, Asthma and Immunology. Ann Allergy Asma Immunol*. 1998;81(5):401-5.
4. Cox L, Nelson H, Lockey R, Calabria C, Chacko T, Finogold I, et al. Allergen immunotherapy: A practice parameter third update. *Journal of Allergy and Clinical Immunology*. 2011;127(1):S1-S55.
5. Varney VA, Gaga M, Frew AJ, Aber VR, Kay AB, Durham SR. Usefulness of immunotherapy in patients with severe summer hay fever uncontrolled by antiallergic drugs. *BMJ*. 1991;302(6771):265-9.
6. Jacobsen L, Wahn U, Bilo MB. Allergen-specific immunotherapy provides immediate, long-term and preventive clinical effects in children and adults: the effects of immunotherapy can be categorised by level of benefit -the centenary of allergen specific subcutaneous immunotherapy. *Clin Transl Allergy*. 2012;2:8.
7. American Academy of Allergy AI. LONG TERM EFFECT OF IMMUNOTHERAPY RELATED TO DURATION OF TREATMENT [sitio web]. 2013 [Disponible en: <https://www.aaaai.org/ask-the-expert/long-term-effect-immunotherapy>.]
8. Penagos M, Eifan AO, Durham SR, Scadding GW. Duration of Allergen Immunotherapy for Long-Term Efficacy in Allergic Rhinoconjunctivitis. *Curr Treat Options Allergy*. 2018;5(3):275-90.



Esta información está diseñada solo con fines informativos y no pretende ser un sustituto del asesoramiento médico, ni pretende modificar ni reemplazar, en su totalidad o en parte, las responsabilidades de juicio profesional de un profesional de la salud.



US-EXT-1900009 3/2019 Copyright © 2019.
Todos los derechos reservados. ALK-Abelló Inc.