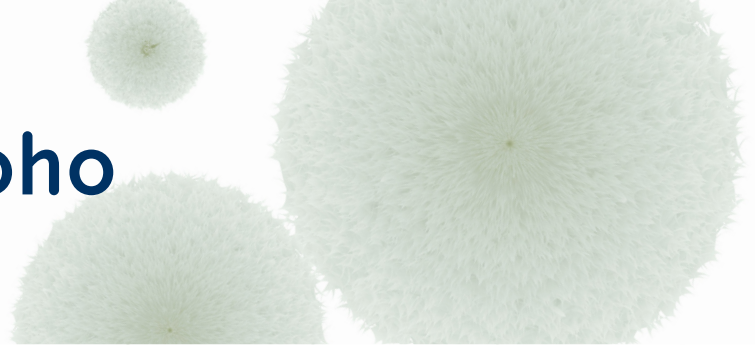




# Alergia al moho



**El moho se encuentra tanto en interiores como en exteriores.**

Alterar una fuente de moho puede causar la dispersión de esporas de moho en el aire, y provocar una respuesta alérgica en algunas personas. La liberación de esporas de moho puede ocurrir en seco, con viento o en condiciones de gran humedad, lo que hace que la exposición a esporas de moho se dé durante todo el año en muchas áreas geográficas.

## MOHO

“Moho” es otro término para “hongos”. Hay muchos tipos de moho; algunos forman colonias, que pueden verse a simple vista, mientras que otros solo son visibles cuando se observan con un microscopio.

Muchos tipos de moho crecen en troncos y hojas en descomposición, en pilas de compost, o en pastos y granos. El crecimiento de moho al aire libre alcanza su punto máximo durante los meses de verano y disminuye después de la primera helada en climas más fríos. Las esporas de este moho al aire libre se encuentran generalmente en interiores.

Otros tipos de moho crecen exclusivamente en interiores, en áreas húmedas como baños, cocinas y sótanos. A pesar de que existen muchos tipos de moho, solo algunos están relacionados con las alergias.

## SÍNTOMAS DE LA ALERGIA AL MOHO

Cuando las esporas de moho se liberan en el ambiente, pueden depositarse en el revestimiento interno de la nariz y causar síntomas de rinitis alérgica estacional. Las esporas también pueden alcanzar los pulmones y provocar síntomas de asma en personas sensibles. En raras ocasiones, puede presentarse una enfermedad grave llamada aspergilosis broncopulmonar alérgica.<sup>9</sup>

En general, los síntomas de alergia al moho son muy similares a los síntomas de otras alergias. Si es alérgico al moho, puede experimentar algunos de los siguientes síntomas:

- Estornudos
- Goteo o congestión nasal
- Prurito en la garganta o dentro de las orejas
- Urticaria
- Hinchazón en los párpados, picazón en los ojos
- Tos, sibilancias o dificultad para respirar

Los síntomas de alergia al moho por lo general coinciden con una mayor exposición al moho; por lo tanto, los síntomas de alergia al moho pueden ser estacionales o presentarse durante todo el año según la ubicación geográfica y la exposición. Para algunas personas, las reacciones alérgicas mediadas por el moho son inmediatas, mientras que otras experimentan reacciones tardías.

**Tipos de moho con más probabilidades de causar una respuesta alérgica:**

- *Alternaria*
- *Aspergillus*
- *Aureobasidium*
- *Cladosporium*
- *Epicoccum*
- *Fusarium*
- *Mucor*
- *Penicillium*
- *Rhizopus*

**EL MOHO ES UN HONGO, PERO LOS HONGOS COMESTIBLES (COMO LOS CHAMPIÑONES) GENERALMENTE NO CAUSAN SÍNTOMAS DE ALERGIA.<sup>9</sup>**



## NIVELES DE MOHO Y ALERGIA AL MOHO:

Los niveles de moho cambian durante el año y varían según la ubicación geográfica. La presencia de esporas de moho puede rastrearse a través de conteos locales de moho, un proceso que identifica la cantidad de esporas de moho presentes en un volumen específico de aire durante un período de 24 horas. Por lo general, estos conteos van desde 50 esporas/m<sup>3</sup> en inviernos fríos hasta más de 50,000 esporas/m<sup>3</sup> durante el verano.<sup>1</sup> A diferencia de los pólenes ambientales, los conteos de moho alcanzan su punto máximo después de la lluvia o en épocas de mayor humedad, lo que a menudo empeora los síntomas relacionados con la alergia al moho.

## DIAGNÓSTICO DE LA ALERGIA AL MOHO

Si se sospecha de alergia al moho, el médico por lo general realizará una prueba cutánea para determinar la identidad del moho que causa la reacción. En una prueba cutánea, se aplicarán pequeñas gotas de varios extractos de moho sobre la piel o debajo de esta. Si el resultado es positivo, el área alrededor del lugar donde se aplicó el extracto de moho se tornará roja y se elevará. Si no hay ninguna reacción, entonces tampoco habrá sospecha de 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 la alergia al moho.

## PREVENCIÓN

El mejor tratamiento para la alergia al moho es evitar la fuente de la alergia. Reducir la exposición al moho y limitar el crecimiento de las esporas de moho es crucial cuando se identifica alergia al moho. A continuación se presentan algunas estrategias comunes de prevención:

- **Evite el contacto.** Mantenga distancia de las áreas donde sabe que se encuentran las esporas de moho. Minimice el contacto con los objetos del hogar que tengan más probabilidades de contener moho (por ej., tierra para plantas de interior).
- **Reduzca la humedad en los interiores.** El riesgo de crecimiento de moho aumenta enormemente si la humedad en los interiores está por encima del 50 %. Se pueden utilizar higrómetros para medir la humedad con precisión y comodidad. El objetivo es mantener la humedad del hogar por debajo del 45 %. Sin embargo, el nivel de humedad ideal es menor al 35 %. Se puede usar un deshumidificador para eliminar la humedad en los sótanos. Si se usa un deshumidificador, asegúrese de drenar y limpiar periódicamente las bobinas de condensación y el recipiente recolector para evitar el crecimiento adicional de moho.
- **Use aire acondicionado central con un filtro de partículas de alta eficiencia (High Efficiency Particulate Air, HEPA).** Estos filtros ayudan a atrapar las esporas antes de que lo alcancen a usted. El aire acondicionado con un filtro HEPA funciona mejor que los dispositivos electrostáticos para purificar el aire y mucho mejor que los purificadores de aire autónomos.

## TRATAMIENTO DE LA ALERGIA AL MOHO CON INMUNOTERAPIA

La inmunoterapia contra la alergia es un tratamiento eficaz para los síntomas de la alergia.<sup>3</sup> Con este tratamiento, su organismo se vuelve resistente frente a los alérgenos que afectan actualmente su

vida diaria.<sup>4</sup> En cuestión de meses, los síntomas deberían comenzar a disminuir, al igual que su necesidad de recibir medicamentos sintomáticos para controlar los estornudos asociados con la alergia, el goteo nasal, la tos, las sibilancias o la urticaria.<sup>5,6</sup> Otro beneficio que brinda la inmunoterapia es la prevención de la aparición de otras alergias.<sup>4</sup> 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 que haber completado el tratamiento.<sup>7,8</sup> Entre la gran variedad de opciones de tratamiento disponibles hoy en día, la inmunoterapia contra la alergia es el único tratamiento que actúa sobre la causa subyacente de la alergia y altera la evolución natural de la enfermedad.<sup>3</sup> 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.<sup>4</sup> Aunque es raro, una reacción alérgica en todo el cuerpo, llamada anafilaxia, puede presentarse después de una inyección. Para reducir el riesgo asociado con la inmunoterapia contra la alergia, se recomienda que espere en el consultorio de su médico durante 30 minutos después de una inyección de inmunoterapia.<sup>4</sup>

### Referencias:

1. Portnoy, J.M. and D. Jara, Mold allergy revisited. *Ann Allergy Asthma Immunol*, 2015. 114(2): p. 83-89.
2. Cox, L., et al., Allergen immunotherapy: a practice parameter third update. *J Allergy Clin Immunol*, 2011. 127(1 Suppl): p. S1-S5.
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 Asthma Immunol*. 1998;81(5):401-5.
4. Cox L, Nelson H, Lockey R, Calabria C, Chacko T, Finegold 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 [website]. 2013 [Available from: <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.
9. American Academy of Allergy AI. Allergic Bronchopulmonary Aspergillosis (ABPA) [sitio web]. 2019 [Disponible en: <https://www.aaaai.org/conditions-and-treatments/related-conditions/allergic-bronchopulmonary-aspergillosis>]

