



# SIMPOSIO INTERNACIONAL AEROBIOLOGÍA CONTAMINACIÓN Y CAMBIO CLIMÁTICO

Murcia

del 26 al 28  
OCTUBRE  
2017



Auditorio y Centro de Congresos "Victor Villegas"

## La humedad de las zonas de costa favorece el desarrollo de alergia a hongos y ácaros

### LA MITAD DE LOS PACIENTES CON ALERGIA RESPIRATORIA ESTÁN SENSIBILIZADOS A ÁCAROS

- La alergia a los ácaros afecta a entre el 70% y el 80% de los niños que viven en zonas costeras.
- La sensibilización a hongos y ácaros puede dar origen a síntomas de asma, rinitis, conjuntivitis y dermatitis atópica.
- El tratamiento conlleva medidas ambientales, como la evitación de alérgenos procedentes del polvo, y medidas farmacológicas, como la inmunoterapia específica.

**Murcia, 27 de octubre de 2017.-** La elevada humedad y el efecto modulador de las temperaturas del mar condiciona la exposición a determinados alérgenos ambientales y favorece el crecimiento de los hongos y ácaros del polvo, de forma que, en la región de Murcia, éstos están presentes prácticamente en todos los hogares.

*"En nuestra comunidad autónoma, los ácaros son, por detrás de los pólenes, la principal causa de enfermedad alérgica respiratoria. Según el estudio Alergológica 2015, casi la mitad (44%) de los pacientes murcianos que sufren alergia respiratoria están sensibilizados a los ácaros",* comenta el **doctor Juan Carlos Miralles**, alergólogo del Hospital Reina Sofía de Murcia y coordinador del Comité Organizador del Simposio de Alergia que se celebra hasta mañana en la ciudad.

*"En las zonas de costa, los ácaros tienden a producir síntomas a edades más tempranas que los pólenes, y a los síntomas de rinitis alérgica más típicos de éstos suelen acompañar asma bronquial, sobre todo en niños. La alergia a los ácaros alcanza en niños porcentajes de entre el 70% y el 80%",* añade el alergólogo.

Los ácaros asociados con el hombre y causantes de alergia se localizan en viviendas y almacenes. Las especies más relevantes en las casas y que producen mayores síntomas en los pacientes son *Dermatophagoides Pteronyssinus* y *Dermatophagoides Farinae*. Se alimentan principalmente de escamas humanas por lo que tienden a encontrarse en lugares donde abunde esta comida (colchones, almohadas, mantas, edredones, pelo...) Otras especies de ácaros (*Tyrophagus*, *Lepidoglyphus*, *Glycyphagus*...) conocidas como "ácaros de almacén" se alimentan de restos orgánicos, hongos, por lo que es fácil encontrarlas en despensas, cocinas, o en el suelo.

*“Los ácaros pueden provocar alergia en toda la Región, aunque lo hacen principalmente en las zonas costeras por la mayor humedad ambiental. Con niveles por debajo del 60% no se desarrollan y el calor de los meses de verano dificulta su supervivencia, explica el especialista. Por este motivo, excepto en verano, época en la que los pacientes mejoran, los ácaros producen síntomas durante todo el año”.*

Existen medidas ambientales de evitación y medidas farmacológicas para combatir la alergia a ácaros y hongos. *“En pacientes correctamente diagnosticados, el único tratamiento que mejora el curso de la enfermedad a largo plazo y, en muchas ocasiones, es curativo, es la inmunoterapia específica (vacunas antialérgicas)”*, apunta el doctor Miralles.

### **Consejos para disminuir la exposición a ácaros**

Algunas medidas de desalergenización de ácaros en el domicilio son:

- Ventilar bien la casa y mantenerla a temperatura algo baja y seca. Evitar humedades.
- No sobrecargar la decoración de espacios y eliminar moquetas, alfombras, cortinas, mantas de lana y edredones de plumas. Son zonas en las que debe evitarse la acumulación de polvo.
- Limpiar el polvo con trapos húmedos y utilizar aspiradoras de agua o con filtro HEPA (High Efficiency Particulate Air) como mínimo una vez por semana incluyendo colchones, almohadas, libros...
- Evitar animales de pelo o plumas en el domicilio. También peluches y muebles tapizados.
- Lavar la ropa de cama a menudo y a altas temperaturas.

### **La humedad y los hongos**

Los hongos son organismos microscópicos que crecen en lugares húmedos y que pueden causar alergias en el aparato respiratorio. Las esporas son unas partículas que generan los hongos y que se encuentran en el aire, en mayor o menor concentración dependiendo de la zona, la humedad ambiental, la proximidad al mar o humedales, la estación del año, etcétera. El doctor Miralles detalla que *“en la Región de Murcia, los hongos son causa de alergia tanto en la zona de Murcia capital y en la huerta como en zonas costeras, aunque son más relevantes en estas últimas debido a la mayor humedad. Además, en general, las personas alérgicas a hongos suelen estar peor en las épocas de cambio estacional”.*

Las principales especies de hongos productoras de alergia son *Alternaria alternata*, *Aspergillus fumigatus*, *Cladosporium herbarum* y *Penicillium chrysogenum*. Algunos presentan elevada tendencia para producir asma bronquial e incluso pueden ser factor de riesgo para desarrollar un asma grave.

### **Recomendaciones para pacientes alérgicos a hongos**

- Evitar humedades en paredes y ventanas aireando las habitaciones y usando filtros en el aire acondicionado.
- No guardar ropa o calzado húmedo en armarios o zonas con poca ventilación.

- Limpiar regularmente la nevera y no dejar alimentos fuera del frigorífico mucho tiempo.
- Eliminar la basura rápidamente, no tener plantas de interior, emplear pinturas fungicidas, etcétera.
- Es recomendable habitar viviendas soleadas, lejanas a zonas costeras, ríos, lagos y bosques.
- Evitar salidas al campo en los días húmedos y lluviosos.
- No visitar graneros, bodegas ni sótanos.
- No segar el césped, evitar el contacto con vegetación muerta o en descomposición y no mover hojas secas en el suelo.

**\*\*Para más información Planner Media.- 91 787 03 00**

**Laura Castellanos 639 33 82 15 [lcastellanos@plannermedia.com](mailto:lcastellanos@plannermedia.com)**