

ALÉRGENOS DEL EXTERIOR Y SU IMPACTO EN EL ASMA EN PUERTO RICO

ESCUELA DE MEDICINA, UNIVERSIDAD DE PUERTO RICO, RECINTO DE CIENCIAS MÉDICAS



ALERGIA A HONGOS@FACEBOOK

ALERGIAAHONGOS@TWITTER

WWW.AEROALERGENOS.RCM.UPR.EDU



25.3% niños/as de 5 a 14 años en PR padecen la condición.

ASMA

Enfermedad de los pulmones donde las vías respiratorias se cierran o se estrechan, causando dificultad para respirar.



22.4% de la población de PR padece la condición.

DESENCADENANTES DEL ASMA ALÉRGICA: ALÉRGENOS DEL EXTERIOR

Los ataques de asma alérgica, la más común en Puerto Rico, son causados por el pólen y las esporas de hongos que hay en el exterior. El sistema inmunológico reacciona de tal manera que produce anticuerpos llamados Inmunoglobulina E (IgE). Estos anticuerpos se pegan a las células que liberan químicos y se produce una reacción alérgica.

PÓLEN



Pequeñas células necesarias para la fertilización de las plantas. Proviene de árboles, grama y maleza. El pólen más común en PR es el de árboles. Se encuentra presente en el aire exterior todo el año y disminuye durante el verano.

ESPORAS DE HONGOS



Proviene de los cuerpos fructíferos de las setas. Son livianas, invisibles y flotan en el aire. Durante la temporada de septiembre a noviembre los niveles son de alerta roja (más de 110,000 esporas/m³), por lo que hay aumento en la frecuencia de asma pediátrica y de adultos en PR.



Pecho apretado



Sibilancia



Falta de aire

SÍNTOMAS DEL ASMA



Tós crónica



Dificultad para dormir

RECOMENDACIONES



Usar purificador con filtro HEPA en el cuarto para remover partículas durante la noche mientras se duerme.



Mantener puertas y ventanas cerradas durante la noche.



Evitar salir al escampar luego de un aguacero torrencial. Los niveles de esporas aumentan rápidamente luego de la lluvia.

Como un servicio gratuito, se estableció la estación de San Juan del Negociado Nacional de Alergias de la Academia Americana de Alergia, Asma e Inmunología (NAB-AAAAI, por sus siglas en inglés) en el Departamento de Microbiología del Recinto de Ciencias Médicas de la Universidad de Puerto Rico.

Para más información, comuníquese con el Dr. Benjamín Bolaños, Director de la Estación de San Juan, a la dirección: benjamin.bolanos@upr.edu



TRATAMIENTO



No existe cura para los síntomas del asma, pero si pueden ser controlados. Para minimizar sus síntomas, durante las temporadas de esporas de hongos y pólenes, se recomienda el uso diario de sus medicamentos, mantenerse informado sobre los niveles de alérgenos y minimizar la exposición a los hongos y polenes.

Trees	Weeds	Grass	Mold
ABSENT	ABSENT	ABSENT	LOW CONCENTRATION

THE IMPACT OF OUTDOOR ALLERGENS ON ASTHMA IN PUERTO RICO

UNIVERSITY OF PUERTO RICO, MEDICAL SCIENCES CAMPUS, SCHOOL OF MEDICINE



ALERGIA A HONGOS@FACEBOOK
 ALERGIAAHONGOS@TWITTER
 WWW.AEROALERGENOS.RCM.UPR.EDU



25.3% of children of ages from 5 to 14 in PR have asthma.

ASTHMA

Lung disease in which the airways are closed or narrowed, which makes breathing difficult.



22.4% of general population of PR have asthma.

ALLERGIC ASTHMA TRIGGERS: OUTDOOR ALLERGENS

Allergic asthma attacks, the most common in Puerto Rico, are caused by the pollen and fungal spores that are outside. The immune system reacts in such a way that it produces antibodies called Immunoglobulin E (IgE). These antibodies stick to cells that release chemicals and an allergic reaction occurs.

POLLEN

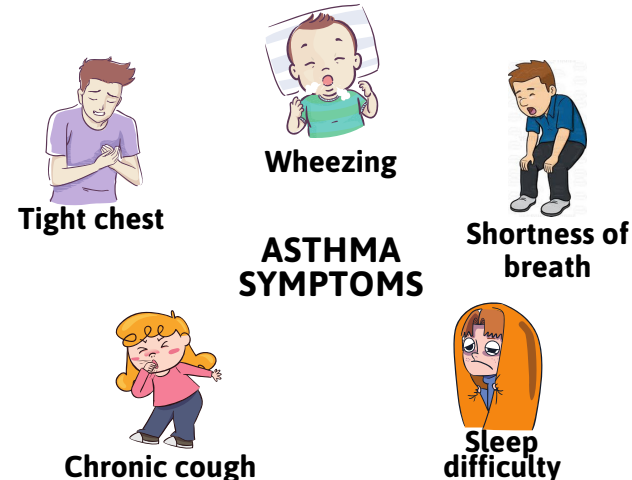


Small cells essential for fertilization of plants. It is produced by trees, grass and weeds. In Puerto Rico, tree pollen is the most common. It is found in outside air all year round and decreases during summer.

FUNGAL SPORES



Are produced in the fruiting bodies of fungi. They are light, invisible and float in the air. During the season from September to November spore levels are in red alert (more than 110,000 spores/m³), resulting in an increase in frequency of asthma in children and adults in PR.



ASTHMA SYMPTOMS

RECOMMENDATIONS



Use a HEPA air purifier in the room during the night to remove particles while sleeping.



Keep doors and windows closed during the night.



Don't go out immediately after a rain shower. Spore levels increase rapidly after raining.

As a free service, San Juan station of the National Allergy Bureau of the American Academy of Allergy, Asthma and Immunology (NAB-AAAAI) was established in the Microbiology Department of the Medical Sciences Campus on University of Puerto Rico.

For more information, contact Dr. Benjamín Bolaños, Director of NAB-AAAAI San Juan Station, at: benjamin.bolanos@upr.edu



TREATMENT

There is no cure for asthma symptoms, but they can be controlled. To minimize symptoms, during fungal spores and pollen seasons, it is recommended to use daily medications, keep informed about allergen levels and minimize exposure to fungi and pollen.

