



Pruebas de alergias: Lo que necesita saber

Cómo identificar sus alergias para una mejor salud y alivio

Las alergias afectan a más de 50 millones de personas en los Estados Unidos. Saber a qué tiene alergia es un paso clave para controlar sus síntomas. Su alergista puede recomendarle una prueba de alergia si sus síntomas incluyen:

- picazón en los ojos, la nariz y la garganta
- congestión nasal o secreción nasal
- ojos llorosos
- urticaria, picazón u otras afecciones de la piel.
- reacciones graves después de comer ciertos alimentos
- reacciones graves a las picaduras de insectos.

Cuando se combinan con un examen físico y un historial médico, las pruebas de alergia pueden confirmar alergias al polen, moho, ácaros del polvo, caspa de animales, picaduras de insectos, alimentos y algunos medicamentos.

Con un diagnóstico adecuado, su alergista puede desarrollar un plan de tratamiento personalizado para ayudarle a sentirse mejor.



Tipos de pruebas de alergia

Existen varios tipos diferentes de pruebas de alergia. Su alergista determinará la mejor prueba para usted según sus síntomas, su historial médico y el alérgeno que sospecha que causa sus síntomas. A continuación analizamos en más detalle cada prueba de alergia.

Comprobación de seguridad

Las pruebas realizadas por un alergista son seguras y efectivas para adultos y niños de todas las edades. Los extractos de alérgenos o vacunas utilizados en las pruebas de alergia realizadas por alergistas cumplen con los requisitos de la Administración de Alimentos y Medicamentos de los Estados Unidos (FDA).

PRUEBA DE PUNCIÓN CUTÁNEA

La prueba de punción cutánea suele ser el primer paso preferido en las pruebas de alergia. En el consultorio de un alergista, se coloca una pequeña cantidad de alérgeno en la parte posterior del antebrazo o en la espalda y luego se pincha o se rasca. Se pueden analizar muchos alérgenos sospechosos al mismo tiempo. Si es alérgico/a, experimentará un poco de enrojecimiento, hinchazón y picazón en el lugar de la prueba de punción, similar a una picadura de mosquito.

Los resultados de esta prueba suelen estar disponibles en 15 minutos y cualquier molestia



restante desaparece poco después. Tenga en cuenta que entre el 50 y el 60 % de todas las pruebas de punción cutánea dan resultados falsos positivos, lo que significa que la prueba muestra un resultado positivo aunque no tenga alergia al alérgeno que se está probando. Es probable que su alergista le aconseje proceder con cuidado con la exposición a estas sustancias y puede recomendarle realizar más pruebas si sus síntomas no coinciden claramente con los resultados de la prueba.

Si tiene resultados positivos sin desencadenantes obvios, también se pueden considerar más pruebas si se necesita un diagnóstico definitivo para guiar el tratamiento, como cambios en el estilo de vida o inmunoterapia. Es importante vincular los resultados de las pruebas de alergia con la historia clínica y los síntomas, y considerar otros factores que pueden afectar las pruebas de alergia. Tener una afección cutánea, como urticaria o sarpullido, o tomar ciertos medicamentos, también afecta la confiabilidad de los resultados de la prueba de punción cutánea.

Medicamentos que pueden afectar los resultados de las pruebas cutáneas

Debido a que los medicamentos se eliminan del organismo a diferentes ritmos, es posible que le pidan que deje de tomar determinados medicamentos por hasta 10 días. Estos incluyen:

- antihistamínicos recetados, como hidroxicina
- antihistamínicos sin receta, como loratadina, difenhidramina, clorfeniramina, cetirizina y fexofenadina
- antidepresivos tricíclicos, como la nortriptilina y la desipramina

- ciertos medicamentos para la acidez estomacal, como cimetidina y ranitidina
- el medicamento para el asma omalizumab.

PRUEBAS INTRADÉRMICAS

Si se realizan pruebas cutáneas para detectar alérgenos como el veneno de insectos, la penicilina y los alérgenos inhalantes son negativos, pero su alergista aún sospecha que tiene alergias y es posible que le recomiende una prueba intradérmica. Se inyecta una pequeña cantidad de alérgeno debajo de la piel del brazo con una aguja fina. Después de 15 minutos, su alergista revisará el sitio de la inyección para detectar cualquier signo de reacción alérgica.

El zumbido de las picaduras de insectos

Los insectos que pican son responsables de aproximadamente el 10 % de las reacciones alérgicas graves o casos de anafilaxia. Al menos 40 muertes al año en los Estados Unidos se atribuyen a anafilaxia inducida por picaduras de insectos. A menudo es difícil identificar el insecto que pica, y es típico buscar los más comunes (hormigas de fuego, abejas, avispones amarillos, avispas chaquetas amarillas, avispas y avispones de cara blanca).



Análisis de sangre para alergias

Su alergista puede recomendarle un análisis de sangre si toma un medicamento que pueda interferir con las pruebas cutáneas pero no puede suspenderse durante unos días, o si sufre una afección cutánea grave, como eczema o psoriasis. Hay dos tipos de pruebas de sangre para detectar alergias:

- **Prueba de inmunoglobulina E (IgE) total:** Mide la cantidad total de IgE en la sangre.
- **Prueba de IgE específica:** Mide la IgE en la sangre en respuesta a alérgenos específicos.

Los resultados de las pruebas normalmente están disponibles en una o dos semanas. Si bien todos tenemos algo de IgE en la sangre, los niveles

elevados pueden indicar una alergia. Dado que los análisis de sangre para detectar alergias no indican la gravedad de una alergia, hable con su alergista sobre el riesgo de anafilaxia; es posible que deba llevar siempre consigo un suministro de epinefrina de emergencia.

PRUEBAS DE PROVOCACIÓN ORAL

Una prueba de provocación oral es el estándar de oro para determinar si tiene alergia a un alimento o medicamento específico. Hay tres tipos de pruebas de provocación oral diseñadas para pacientes con un bajo riesgo de reacción alérgica grave:

- **Prueba de provocación alimentaria, doble ciego y controlada con placebo:** Recibe dosis crecientes del alérgeno sospechoso y un placebo (una sustancia inofensiva). El alérgeno y el placebo se administran por separado, ya sea con horas de diferencia o en días distintos. Debido a que el alérgeno y el placebo se parecen, ni usted ni su alergista saben cuál está recibiendo; de ahí el término doble ciego.
- **Prueba de provocación alimentaria simple ciego:** Su alergista sabe cuándo recibe el alérgeno, pero usted no sabe si el alérgeno está o no en el alimento que está comiendo.
- **Provocación alimentaria abierta:** Tanto usted como su médico saben si está recibiendo un alérgeno en este tipo de prueba.

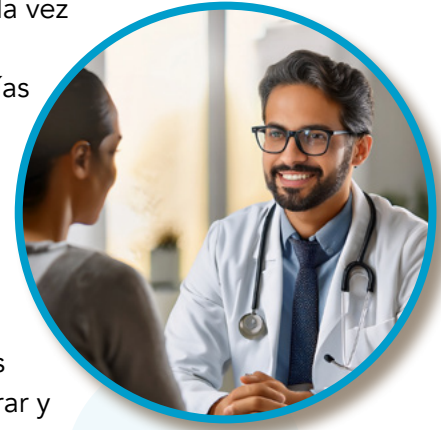
Se debe tener a mano medicamentos y equipos de emergencia durante la prueba de provocación oral. También se pueden realizar para determinar si ha superado una alergia alimentaria.



PRUEBA EPICUTÁNEA

La prueba epicutánea se realiza para ver si una sustancia en particular (como látex, cosméticos, medicamentos, fragancias, cremas, detergentes, tintes para el cabello, metales y resinas) le causa una erupción llamada dermatitis de contacto. Su alergista aplicará una pequeña cantidad de posibles alérgenos en parches y los pegará a la piel de su espalda. No es raro tener entre 20 y

30 parches aplicados a la vez para comprobar si hay dermatitis. Dos o tres días después, el alergista retirará los parches; la piel irritada en el lugar del parche puede significar que tiene una alergia. Evitar cualquier alérgeno identificado es fundamental para mejorar y resolver la dermatitis.



PRUEBAS DE ALERGIA NO PROBADAS

Existen métodos de pruebas de alergia que no son útiles ni efectivos o pueden generar un diagnóstico y tratamiento incorrectos. Estos incluyen, entre otros:

- prueba de IgG en alimentos
- kits de pruebas de alergia para el hogar
- análisis del cabello
- kinesiología aplicada
- método de titulación de la piel de Rinkel

Si tiene dudas sobre una prueba o método en particular, hable con su alergista o proveedor de atención médica primaria.

Pruebas caseras de sensibilidad alimentaria no recomendadas

Estos paneles pueden mostrar reacciones a alimentos que usted tolera sin ningún problema y pueden hacer que elimine alimentos innecesariamente de su dieta, lo que aumenta las probabilidades de desarrollar una alergia a un alimento que antes toleraba. Además, ninguna de las pruebas caseras de sensibilidad alimentaria disponibles en el mercado ha sido evaluadas por la FDA.

Cobertura del seguro para pruebas de alergia

La legislación federal actual exige que la mayoría de las compañías de seguros cubran los costos de detección de alergias. Antes de programar una cita para una prueba de alergia con un alergista, consulte su póliza de seguro para asegurarse

de comprender sus beneficios. Pregúntele a su compañía de seguros:

- ¿Necesito una derivación de mi médico de atención primaria para ver a un alergista?
- ¿Mi póliza de seguro cubre la educación del paciente o servicios especiales para mis alergias?
- ¿Qué pruebas de alergia y medicamentos cubre mi plan?

Revise su estado de cuenta

La prueba de punción cutánea se factura en función de la cantidad de alérgenos que se analizan, y la cantidad de alérgenos puede variar entre tres y 64. Su alergista también podría solicitar un análisis de sangre para detectar alergias en lugar de, o además de, la prueba cutánea.

Las alergias cambian con el tiempo

Con cualquier prueba de alergia, puede ser común dar positivo para algo que no es un problema para usted. Distintos tipos de pruebas, o métodos de prueba, pueden indicar cosas diferentes. Por estos motivos, es importante conversar con su alergista sobre cómo utilizar los resultados para evitar reacciones alérgicas en el futuro.

Si bien no existe un límite médico sobre la frecuencia de las pruebas de alergia, rara vez debería ser necesario volver a realizarlas dentro de un período de tres años. Las excepciones incluyen niños pequeños con pruebas cutáneas negativas o niños mayores y adultos con pruebas cutáneas



negativas. Si tiene síntomas de alergia persistentes o que empeoran, es posible que sea necesario repetir la prueba después de un año.

Nota: En la práctica médica estándar, las pruebas de alergia no se realizan el mismo día que la inmunoterapia contra la alergia.

Para obtener más información sobre el manejo de las alergias, visite acaai.org.

El alivio está a tu alcance. ¡Consulta a un alergólogo!

La mejor manera de controlar sus alergias es hablar con un [alergista](#). Cuentan con formación y experiencia especializada para realizar e interpretar pruebas de alergia. Una vez que sepa a qué tiene alergia, su alergista puede desarrollar un plan de tratamiento para reducir o eliminar sus síntomas de alergia.

¿Cuándo debo acudir a un alergólogo?

Consulte a un alergólogo si padece alguna de estas afecciones. Los alergólogos tratan dos de los problemas de salud más comunes del país: las alergias y el asma. Más de 50 millones de personas en Estados Unidos padecen estas enfermedades alérgicas. Aunque es posible que los síntomas no siempre sean graves, las alergias y el asma son graves y deben tratarse como tales. Muchas personas con estas enfermedades no se dan cuenta de cuán mejor se pueden sentir. Los alergólogos también tratan afecciones con síntomas similares, como la rinitis no alérgica.

¿Qué es un alergólogo?

Un alergólogo está capacitado para encontrar el origen de sus síntomas, tratarlo y ayudarlo a sentirse saludable. La vida es demasiado corta para luchar contra las alergias o el asma. Un alergólogo puede ayudarlo a encontrar las respuestas que busca.

Después de obtener un título de médico, el doctor completa un programa de capacitación de residencia de tres años en medicina interna o pediatría. Luego culmina dos o tres años más de estudios en asma, alergia e inmunología. La mejor forma de controlar las alergias o el asma es acudir a un alergólogo.