

## ¿Qué son las alergias?

Son una **condición genética** por la cual el sistema inmune reacciona de manera desproporcionada y descontrolada ante la exposición a alérgenos.



## Síntomas



Ojos irritados y lagrimeo



Congestión nasal



Picazón en la garganta

## ¿Cómo prevenirla?



Ventilar el hogar



Evitar ambientes con pólenes en los horarios más complicados, como a medio día y atardecer.



Evitar tener alfombras. En el caso de tenerlas, deben ser aspiradas constantemente.

## ¿Cómo tratarla?



**Ingiriendo medicamentos específicos**, recetados por un médico, que van a ayudar al equilibrio del organismo.



**Evitar la exposición prolongada a los alérgenos**, como por ejemplo caspa y pelos de animales, plumas de aves, polen, entre otros.

## Sabías que...

**Las alergias son hereditarias**, por lo que si tu padre o madre sufren de estos cuadros, los desarrollarás también.

