

## **Recomendaciones para los pacientes con Urticaria Aguda.**

Es una enfermedad cutánea que cursa con intenso prurito (comezón) o sensación de quemazón, que se acompaña de la aparición de ronchas en toda la superficie cutánea y, en ocasiones, también en mucosas. Lo característico de este proceso es que las lesiones tienden a desaparecer en poco tiempo (minutos a horas), reapareciendo en otras regiones de la anatomía.

### **Causas.**

La etiología de la urticaria suele ser muy variada, implicándose factores infecciosos, medicamentosos, inmunológicos o alimentarios. No obstante, hasta en el 50 por ciento de los casos no se puede encontrar un desencadenante específico.

### **Diagnóstico**

El diagnóstico se hace siempre por la presentación de los signos y síntomas, ya que las lesiones cutáneas son muy fáciles de identificar. Cuando las lesiones perduran por más de 6 semanas, se puede hablar de una urticaria crónica y debe ser siempre valorada y tratada por un especialista (Alergólogo).

### **Tratamiento**

Es importante evitar él o los factores desencadenantes si son conocidos. Debe acudir con Médico Especializado para el control y seguimiento. Un mal control inicial puede conducir hacia una urticaria crónica, tener una evolución tórpida y durar más de 2 años para su remisión completa. El tratamiento farmacológico inicial debe incluir el uso de antihistamínicos orales por lo menos 20 días (reduce la posibilidad de una urticaria crónica) y en aquellos casos de mayor gravedad, como puede ser la aparición de ronchas generalizadas, edema de alguna región

anatómica (ojos, labios), ronquera o dificultad respiratoria, el uso de esteroides sistémicos y/o adrenalina.

Deben tenerse los mismos cuidados generales para el cuidado de la piel que los pacientes con dermatitis atópica.

En este proceso es importante también llevar una dieta hipoalérgica que evite el consumo de alimentos como:

- Leche y derivados (queso, crema, mantequilla).
- Pescado, mariscos y derivados de los mismos.
- Carne de puerco y embutidos.
- Productos enlatados y embotellados.
- Algunas frutas: cítricos, kiwi, manzana, plátano, uvas, piña.
- Dulces y bebidas industrializados (chocolates o con colorantes, refrescos).