



## ¿Qué es la urticaria?

La urticaria es una reacción aguda de la piel caracterizada por la aparición de ronchas o habones, es decir rojeces palpables que pican mucho y desaparecen o cambian de sitio en menos de 24 horas sin dejar rastro.

## ¿Por qué se produce?

Las ronchas se producen por la liberación de histamina por parte de los mastocitos, que son unas de las células de defensa del organismo.

La liberación de histamina puede estar desencadenada por alergia a numerosas sustancias, entre las que se incluyen:

- caspa de animal (especialmente de gatos)
- picaduras de insectos
- polen
- medicamentos, principalmente antibióticos, antiácidos, aspirina, antiinflamatorios no esteroideos, analgésicos, vitaminas y suplementos herbales.
- Alimentos como el marisco, pescado, frutos secos, chocolate, frutos rojos, conservantes y colorantes entre otros.
- Infecciones

Otras causas que pueden desencadenar urticaria son:

- estrés emocional
- infecciones, especialmente víricas
- Exposición solar
- Estímulos físicos como el frío, calor, presión, rascado (dermografismo), transpiración excesiva, el agua (urticaria acuagénica)

## ¿Cómo se manifiesta?

El picor y las ronchas son las principales manifestaciones. Las ronchas corresponden a áreas bien definidas de inflamación de la piel de color rosado, que cuando se presionan se vuelven blancas. Las ronchas pueden tener tamaños y formas muy diversas. En las mucosas la inflamación puede ser más profunda produciendo una hinchazón de los labios y la lengua que se conoce como angioedema. Lo que caracteriza a las lesiones de urticaria es que cada

lesión individual aparece y desaparece en 24 horas sin dejar señal. Ello no quiere decir que no puedan aparecer nuevas lesiones en otros sitios. Las urticarias pueden durar varios días (urticarias agudas) o prolongarse por más de 6 semanas en cuyo caso se habla de urticaria crónica. En los casos de urticaria crónica conviene investigar que no exista alguna enfermedad subyacente que explique su aparición como son las enfermedades del tiroides, lupus o enfermedades autoinmunes.

### **¿Cuál es el tratamiento?**

Los antihistamínicos, son considerados el tratamiento de elección, debido a que controlan los síntomas y previenen la formación de nuevas ronchas. Existen diversos tipos de antihistamínicos, los cuales serán seleccionados y recetados por el dermatólogo según cada caso. Puede ser necesario combinar más de un antihistamínico para el control del cuadro. Los antihistamínicos es necesario tomarlos unos días más después del cese de aparición de las ronchas. Así mismo durante el brote se aconseja evitar los alimentos que con mayor frecuencia son desencadenantes, evitar el consumo de alcohol, situaciones de estrés y calor, o el uso de prendas de ropa apretadas.

En casos severos, cuando existe dificultad para respirar o tragar, puede ser necesario una inyección urgente de adrenalina o de corticoides.

Los pacientes con urticaria crónica pueden requerir además de un tratamiento prolongado con antihistamínicos, corticoides u otros fármacos inmunosupresores.

### **¿Cómo se puede prevenir?**

La mejor forma de prevención, es evitando cualquiera de las probables causas que hayan producido la aparición de la urticaria.

[En caso de presentar lesiones así, lo mejor es consultar con el especialista en piel!  
\(consulta nuestro directorio para encontrar el dermatólogo pediatra más cercano\)](#)