Píldoras Médicas

¿SE PUEDE TENER ALERGIA AL FRÍO?

ara poder decir que se tiene alergia, hay que revisar el concepto mismo. La alergia es una respuesta específica a ciertas sustancias que son inofensivas y que llamamos alérgenos. De acuerdo con esta definición, el frío no puede ser considerado como un alérgeno. El frío es un adjetivo que se aplica a todo aquello que tiene una temperatura inferior a la «normal»; también se usa cuando hay una sensación de pérdida de calor o se dice que es la sensación que se expresa ante la ausencia total o parcial de calor.

Al considerar estas definiciones, nos damos cuenta de que el frío no es una sustancia y que, por lo tanto, no se puede tener una alergia a una sensación. Sin embargo, se usa el concepto de alergia al frío para nombrar a la reacción exagerada que una persona presenta ante la presencia de frío y que podemos definir como hipersensibilidad al frío. La reacción exagerada que una persona percibe por la presencia de frío es una reacción de hipersensibilidad o, en otras palabras, reacción exagerada del organismo que una persona normal no presenta. También se le conoce como urticaria física, ya que se manifiesta como un enrojecimiento de la piel con ronchas que produce picor o comezón.

Dentro de las urticarias, ésta representa no más de 3% de ellas. Si el sitio que se expone al frío es la boca, los labios se inflaman pocos minutos después de estar en contacto con el frío pudiendo permanecer así por algunas horas. Esta reacción de inflamación se produce, entre otras sustancias, por la histamina. Los procesos inflamatorios se presentan siempre en forma aguda con una duración de hasta de 12 horas. El área afectada es siempre aquella que está en contacto con el frío, de tal manera que es muy localizada, excepto en situaciones en las cuales por meterse a una alberca o al mar donde el agua está fría, la reacción sea de tipo generalizada.

Habitualmente en días fríos, la persona presenta enrojecimiento y, a veces, edema de las manos y cara, ya que el resto del cuerpo está cubierto. Desde un punto de vista, este tipo de reacción podría no considerarse como una enfermedad, sino como una reacción de la piel que es muy sensible a un cambio físico. El viento frío produce la misma reacción, así como el trabajar con las manos mucho tiempo con agua fría o personas que tienen sus actividades profesionales en cuartos fríos. Además del enrojecimiento de la piel, en casos donde el área expuesta es grande, se puede presentar dolor de cabeza, mareos, malestar general, sensación de fiebre e hipotensión arterial pudiendo llegar a tener un shock anafiláctico con pérdida de la conciencia. Estos





cuadros de urticaria, ocasionalmente, son de tipo familiar.

El diagnóstico de la hipersensibilidad al frío se hace por medio de la aplicación de un cubo de hielo sobre el antebrazo dejándolo en el sitio durante cinco minutos. En ese tiempo se va a observar la presencia de inflamación debajo del hielo y el sitio por el que van los vasos sanguíneos, dando la impresión de unas patas de araña. Otra forma, es sumergir la mano y parte del antebrazo en agua fría por cinco minutos; en este caso, poco tiempo después, la parte que se sumergió en el agua estará hinchada en comparación con la otra mano y antebrazo.

El tratamiento agudo de la urticaria por frío (comúnmente llamada alergia al frío) es con antihistamínicos. Los casos de tipo familiar no responden a este tratamiento. Estos medicamentos no previenen el que se vaya a presentar otro cuadro semejante.

Dentro de las medidas preventivas que debe seguir la persona con este problema están: a) evitar la exposición prolongada al frío o bañarse con agua fría; b) nadar en la alberca o el mar si el agua está fría; c) cubrirse bien si hay aire frío o la temperatura fuera de casa es fría; d) cubrirse bien si va a alguna actividad donde haya mucho aire; e) evitar deportes en los que se exponga al frío por mucho tiempo; f) evitar lo más posible las bebidas muy frías. Si la persona tiene que someterse a una cirugía, el quirófano no ha de estar muy frio y los líquidos que se le administren por vía endovenosa estar a alrededor de 37° C.

La evolución de los pacientes con este tipo de urticaria o hipersensibilidad al frío (o si se quiere decir alergia al frío) es buena, si llevan a cabo una vida siguiendo los consejos médicos preventivos. Se han reportado casos en los cuales, en un periodo aproximado de cinco años, observan disminución importante de los síntomas o remisión total de éstos. Ese porcentaje no va más allá 50%.

Hay pacientes que tienen intolerancia al frío, situación clínica totalmente diferente a la mencionada en este artículo. Habitualmente se asocia con problemas metabólicos como hipotiroidismo, anemia, anorexia nervosa y otros. Este artículo únicamente presenta datos asociados con la hipersensibilidad al frío y, de ninguna manera, pretende ser una guía para las personas que la presenten. Un médico especialista podrá decir, en cada caso, cuál debe de ser la conducta a seguir para prevenir la presencia de problemas severos.



Diagnóstico de hipersensibilidad al frío mediante hielo.

Píldoras Médicas

¿SE PUEDE TENER ALERGÍA AL FRÍO? carlosarroyave@live.com.mx