

Fotografía tomada de: <https://www.20minutos.es/salud/medicinas/como-evitar-urticaria-4863891/>



aprenda sobre urticaria

Por: • Cristina Vélez Arroyave MD, Dermatóloga, Universidad CES
• Tomás Giraldo Hinestroza, Estudiante de medicina, Universidad CES

1. ¿Qué es la urticaria y cuál es su causa?

La urticaria es una enfermedad muy común de la piel, se calcula que hasta un 20% de la población ha sufrido alguna vez de urticaria.

La urticaria se puede presentar por múltiples causas, dentro de las cuales están: alimentos, medicamentos, exposición al agua tanto fría como caliente, contacto con plantas, látex, ejercicio, picaduras de insectos, infecciones, otras enfermedades sistémicas y causa desconocida entre otras.

Entre los alimentos que pueden desencadenar urticaria en personas con sensibilidad, están los mariscos, las nueces, los huevos la leche y algunas frutas entre otros.

Muchos medicamentos también podrían causar urticaria o angioedema como los antibióticos, los antiinflamatorios, medicamentos para la presión arterial y los opioides entre otros.

2. ¿Cómo se manifiesta la urticaria?

Los síntomas de la urticaria inician con rasquiña intensa en diferentes partes del cuerpo y rápidamente aparece la lesión primaria, conocida como habones o ronchas que se ven como placas rojas o rosadas, bien delimitadas, sobre levantadas y con un centro pálido especialmente al presionarlas. Pueden tener diferentes formas ya sea redondas, ovaladas o serpiginosas (como gusanitos). La cantidad y tamaño de las lesiones es variable, pueden medir menos de 1 cm o ser mucho más grandes. La rasquiña intensa puede afectar el sueño y por ende la actividad diaria. Cada lesión aparece de manera súbita y desaparece en menos de 24 horas. No son dolorosas, no dejan marcas ni cicatrices al desaparecer. Puede afectar cualquier área del cuerpo, pero los sitios de presión son los más comprometidos, como por ejemplo las axilas y las manos.

El angioedema es una forma de presentación de la urticaria que se manifiesta con hinchazón

de la cara, los labios, la lengua, las manos, y ocasionalmente los pies y/o los genitales.

Puede ser la única sintomatología o aparecer junto con la urticaria de la piel. Esta forma de urticaria puede doler y si hay compromiso de la lengua, el paciente puede presentar dificultad para tragar y en ocasiones para respirar, convirtiéndose en una urgencia; esta forma de presentación puede demorarse hasta tres días para desaparecer.



El angioedema es una forma de presentación de la urticaria que se manifiesta con hinchazón de la cara, los labios, la lengua, las manos, y ocasionalmente los pies y/o los genitales.

sanas, sin embargo, como se mencionó, algunas enfermedades sistémicas pueden tener relación con la urticaria como el lupus, artritis reumatoidea, diabetes e hipotiroidismo entre otras. (Ver pregunta 1).

4. ¿Cómo se diagnostica la urticaria?

En la mayoría de los casos el diagnóstico de la urticaria lo hace el médico mediante la historia clínica y el examen físico, sin necesidad de realizar exámenes adicionales. Muchas veces la urticaria puede aparecer por estímulos físicos como los cambios de temperatura, la presión, el ejercicio, el contacto con el agua o la vibración (ver pregunta 1). En estos casos el médico de atención primaria remitirá el paciente al dermatólogo o alergólogo para que, mediante pruebas específicas, de acuerdo con el estímulo sospechado, se pueda establecer la causa de la urticaria.

En algunas ocasiones, especialmente en los casos de urticaria crónica, es necesario hacer exámenes evaluando la respuesta a un panel de sustancias para identificar la posible causa. Estos exámenes pueden ser en sangre o requerir otras muestras, incluso en algunos casos puede ser necesario que el dermatólogo o el alergólogo tome una biopsia de piel para excluir otros diagnósticos.

3. ¿A quién le puede dar urticaria?

A cualquier persona, hasta el 20% de la población puede padecerla en algún momento de su vida. Es más común en los adultos entre 20 y 40 años, pero también puede afectar hasta el 5% de los niños.

Adicionalmente la urticaria es dos veces más común en mujeres que en hombres. Generalmente ocurre en personas por lo demás

En la mayoría de los casos el diagnóstico de la urticaria lo hace el médico mediante la historia clínica y el examen físico, sin necesidad de realizar exámenes adicionales.



La urticaria crónica, es decir aquella que dura más de 6 semanas, es un motivo para consultar.

Fotografía tomada de:
<https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/hives-and-angioedema/symptoms-causes/syc-20354908>

5. ¿Cómo se trata la urticaria?

La urticaria es muy común. Suele desaparecer por sí sola, pero si el caso es serio, es posible que se necesiten medicinas. El objetivo del tratamiento es controlar los síntomas (ver pregunta 2) y mejorar la calidad de vida. El tratamiento suele tener dos momentos: el inmediato para desaparecer el cuadro clínico actual y el de largo plazo para evitar que vuelva a aparecer.

Los medicamentos de primera línea son los antihistamínicos o antialérgicos no sedantes, es decir que no producen sueño. Se debe iniciar con una dosis baja y según la respuesta y el concepto del médico se puede aumentar la dosis.

Cuando la urticaria no se logra controlar con estos medicamentos, es necesario visitar al médico especialista alergólogo o dermatólogo para la receta de medicamentos especiales. Los pacientes con angioedema (ver pregunta 2) siempre deben consultar al médico.

6. ¿Cuándo consultar?

Como se mencionó anteriormente, la urticaria es una enfermedad muy común. Aunque generalmente no es grave, tiende a ser muy molesta por lo que se recomienda consultar al médico cuando los síntomas sean muy intensos y/o persistan por varios días. La urticaria crónica, es decir aquella que dura más de 6 semanas, es un motivo para consultar pues es necesario practicar algunos exámenes para tratar de establecer la causa.

Cuando la urticaria aparezca relacionada con alimentos o medicamentos, esta podría ser un síntoma temprano de una reacción anafiláctica que requiere atención inmediata (el paciente se debe llevar a urgencias). Los principales síntomas de una anafilaxia son dificultad para respirar, hinchazón de labios, lengua y garganta; síntomas similares al angioedema.

7. ¿Existe manera de prevenir la urticaria?

Sí, la urticaria es prevenible y es probablemente la mejor manera de tratarla, aunque no siempre es fácil hacerlo. Una vez identificada la causa de la urticaria, se debe evitar la exposición a esta; en caso de que se demuestre que el ejercicio es el responsable; el médico puede ordenar un antihistamínico antes de hacer la actividad física y así evitar que se presente la urticaria. Por lo tanto, es importante reconocer y evitar la exposición a los estímulos que desencadenan la urticaria. Sin embargo, en muchos casos no es posible evitar la exposición; en estas situaciones, se recomienda tomar la dosis de antihistamínico indicada por el profesional antes de la exposición o inmediatamente después de exponerse.

Cuando no se puede detectar un factor desencadenante, se le enseña al paciente a identificar tempranamente síntomas que le hacen sospechar la aparición de la urticaria y en ese momento debe iniciar los antihistamínicos, para evitar que la urticaria avance.

El estrés no se ha identificado como causa aislada de urticaria, pero bien puede empeorar los síntomas, por esto se recomienda evitar situaciones que generen estrés emocional o físico.

Páginas consultadas en la web

- <https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/hives-and-angioedema/symptoms-causes/syc-20354908>
- <https://aedv.es/wp-content/uploads/2020/07/Gui%CC%81a-urticaria-VF.pdf>
- <https://www.uptodate.com/contents/hives-the-basics?search=urticaria&topicRef=8101&source=see-link> Kaplan AP. Clinical practice. Chronic urticaria and angioedema. N Engl J Med 2002; 346:175.

COMITÉ EDITORIAL

Santiago Estrada Mesa, MD • Director General • Laboratorio Clínico VID • Juan Mario Jaramillo Acosta, MD • Jefe Laboratorio Clínico
• Clínica Cardio VID • Liliana Franco Restrepo, MD • Microbióloga • Clínica Cardio VID

REVISIÓN Y DISEÑO Departamento de Comunicaciones Organización VID

Escanea el
código QR y
conoce todas las
Cartas de Salud

