

## ***Urticaria***

La urticaria se caracteriza por la presencia de "ronchas". Las ronchas o habones aparecen en general como lesiones rojizas, elevadas y que pican o producen quemazón; pueden aparecer en cualquier lugar de la piel y su tamaño puede variar. Su principal característica es que son poco duraderas (desde unos minutos hasta un día) y al desaparecer no dejan rastro, aunque nuevas lesiones pueden ir apareciendo mientras otras desaparecen.

Las ronchas se producen porque unas sustancias permiten la salida de líquido desde los vasos a la dermis. La principal de estas sustancias es la histamina y se encuentra en unas células cercanas a los vasos que se llaman mastocitos. Diferentes estímulos, incluyendo reacciones de tipo alérgico, productos químicos, medicamentos, comidas, etc. permiten que se libere la histamina. No siempre el mecanismo es de tipo alérgico y en ocasiones es imposible descubrir porqué se libera la histamina y se produce la urticaria.

La urticaria es un proceso muy común y entre un 10 y un 20% de la población tiene al menos un episodio de urticaria a lo largo de la vida. La urticaria en general dura unos días o semanas, pero existen casos crónicos que se prolongan por meses o años.

Cuando el líquido se acumula mas profundamente en los tejidos se habla de urticaria profunda o angioedema y entonces se producen hinchazones, a veces intensas, sobre todo en ojos, genitales o labios.

**Urticaria aguda:**

Dura menos de 6 semanas. Con frecuencia la causa o causas puede ser determinada y a veces incluso la reconoce el propio paciente. Las causas mas frecuentes son las comidas, medicamentos o infecciones. Picaduras de insectos o enfermedades internas así como estímulos físicos como el frío o el sol también pueden ser responsables.

**Comidas:** Las que con mayor frecuencia causan urticaria son los frutos secos, chocolate, pescado, tomates, fresas, huevos y leche. Las comidas frescas causan urticaria con mayor frecuencia que las cocinadas. Aditivos, colorantes, y preservantes, también pueden ser responsables. Las ronchas pueden aparecer en minutos u horas.

**Medicinas:** cualquier medicamento puede ser responsable. Algunos de los mas frecuentes son los antibióticos (sobre todo del grupo de la penicilina), pastillas para el dolor, y sedantes o tranquilizantes. Sin embargo cualquier medicamento o preparado sin prescripción como laxantes, gotas para los ojos, vitaminas, etc. también pueden ser la causa, por lo que es muy importante comunicar al médico todas las medicinas que se hayan estado utilizando.

**Infecciones:** son frecuentes desencadenantes las infecciones de tipo vírico así como las infecciones respiratorias superiores en niños o la hepatitis, pero también las infecciones bacterianas o por hongos pueden precipitar una urticaria.

**Urticaria crónica:**

Se usa cuando el proceso dura más de seis semanas, pudiendo tener ritmos variables en la aparición de las ronchas. La causa con frecuencia es difícil de determinar. Dado que no existe ninguna prueba específica, los diferentes análisis y pruebas, incluyendo las alérgicas, pueden resultar negativas.

Recientemente algunas de estas urticaria "idiopáticas" se ha visto que tienen una causa autoinmune.

**Urticarias físicas:**

Algunas personas pueden desarrollar urticaria desencadenada por estímulos físicos (urticaria solar, por frío, por calor, por agua, presión, vibración o ejercicio). Pueden además coincidir con otro tipo de urticaria. Dos tipos especiales son la Urticaria facticia o dermatografismo y la urticaria colinérgica. El dermatografismo es la más frecuente y las personas que la presentan por lo demás están sanas, produciéndose las ronchas al frotar o rascar la piel. La colinérgica produce ronchas pequeñas y se da con cualquier estímulo que eleve la temperatura de la piel, como el ejercicio, al sudar, con el calor o con las emociones.

**Tratamiento:**

El mejor tratamiento es encontrar el desencadenante y eliminarlo. No siempre es posible. En casos crónicos es importante que refiera los diferentes hábitos como en un diario.

Mientras se investiga la causa o cuando esta no puede ser encontrada el tratamiento consiste en antihistamínicos. No todos funcionan igual en todas las urticarias o en todos los pacientes: el tipo, la dosis, o las diferentes combinaciones para determinar la medicación y dosis más efectiva pueden variar.

En casos muy graves puede hacerse necesario utilizar otras medicaciones sistémicas como la adrenalina o la cortisona.