

Recomendaciones realizadas por los miembros del GEIDAC para los pacientes alérgicos a:

## LACTONAS SESQUITERPÉNICAS

### 1.- ¿Qué es ese alérgeno?

Son oleo-resinas que están presentes en varias familias de plantas muy habituales en nuestro medio ambiente.

### 2.- ¿Qué productos lo contienen?

Plantas de la familia de las compuestas. Esta familia agrupa cientos de especies de hierbas y arbustos que están ampliamente distribuidas por todo el mundo. Entre ellas destacan:

Plantas silvestres: milenrama, tanaceto o atansia, botón de plata, camomila o manzanilla, diente de león, ambrosía, Árnica, vara de oro.

Plantas cultivadas y ornamentales: margaritas, crisantemos, maravilla o caléndula, girasol, dalias, helenio, cosmos.

Verduras y especias comestibles: lechuga, achicoria, escarola, endibia, alcachofa, cardo, salsifí, estragón o artemisa.

**Reacciones cruzadas:** algunas plantas pertenecientes a otras familias contienen sustancias químicas de estructura molecular muy parecida a las lactonas sesquiterpénicas, por lo que pueden desencadenar dermatitis de contacto en los pacientes sensibilizados a estos alérgenos. Son el laurel, la magnolia o la hepática *Frullania*. Las reacciones cruzadas entre varias plantas de la familia compuesta son también bastante frecuentes.

### 3.- ¿Cómo puedo saber si un objeto contiene esa sustancia?

Las plantas compuestas se caracterizan por tener flores de muchos pétalos que se disponen de forma estrellada. Son muy ubicuas en nuestro medio así que de una u otra manera están presentes en jardines, en el campo y en ocasiones en el ámbito doméstico.

Puede preguntar al dermatólogo y puede recurrir a fuentes de información relativas a taxonomía de plantas (internet, manuales...).

Las personas con más riesgo de presentar alergia a estas sustancias son los jardineros, floristas, y personas que se dedican por afición a la floricultura. Es típico de estas sustancias producir brotes de dermatitis en las manos y la cara, y con frecuencia en otras zonas de la piel no cubiertas por la ropa, debido a que son transportadas en el aire, y es bastante característico que estos brotes ocurran o empeoren en el verano, al menos en sus fases iniciales.

### 4.- ¿Qué puedo hacer para evitar la exposición?

Dado que estos alérgenos están muy extendidos en el ambiente, en la práctica es casi imposible evitar el contacto con todas las especies de plantas que los producen. Dependiendo del grado de sensibilidad, algunos enfermos (los menos alérgicos) mejorarán simplemente con la retirada de algunas especies de la casa o el jardín; otros, sin embargo, requerirán la eliminación de todas las plantas sospechosas de su ambiente cotidiano, sea en casa o en su trabajo. Estas sustancias pueden penetrar los guantes, así que su uso no ofrecerá una protección suficiente en caso de tocar las plantas. Si sospecha que su enfermedad es de origen laboral, solicite en su lugar de trabajo información sobre las plantas y derivados que manipula y facilítesela a su dermatólogo para que le aconseje si éstos

pueden contener lactonas. Evite el contacto con los mismos y protéjase de la forma más segura que pueda. Su dermatólogo le aconsejará si debe adoptar otras medidas adicionales.

### **Otras fuentes de lactonas que debe considerar**

Debe usted evitar el contacto con cualquier producto naturista, homeopático o de herboristería, así como con cualquier remedio de fabricación casera, debido a que muchos de ellos se elaboran con plantas compuestas (como árnica, diente de león, caléndula y otras). Sepa que la composición de este tipo de productos supuestamente “naturales” no suele venir detallada en su etiquetado y que actualmente existen escasas leyes que regulen o controlen su seguridad.

Deberá también poner mucha atención a los cosméticos que emplee, leyendo detenidamente sus ingredientes, y descartando todos aquellos que contengan extractos herbales (muy de moda actualmente), debido también a que muchos contienen plantas a las que es usted alérgico (camomila, manzanilla...).

### **Dieta**

Aunque la mayoría de pacientes toleran sin problemas la ingesta de verduras de la familia compuesta como lechuga o endibias, se han descrito ocasionalmente casos de empeoramiento o rebrote de la dermatitis al ingerir estas verduras o especias (por ejemplo de laurel) o al tomar infusiones de hierbas compuestas, generalmente en enfermos con alergia severa a las lactonas. Su dermatólogo le aconsejará qué hacer en su caso.

<p><b>Recuerde que, aunque usted sea alérgico a esta sustancia, la dermatitis que usted presenta no necesariamente es producida por esta alergia. Esto es simplemente un texto informativo que no debería prevalecer sobre las indicaciones que le dé su dermatólogo.</b></p>
---