

# Reacción alérgica grave: Anafilaxia

Última actualización: **enero de 2024**

Una reacción alérgica se produce cuando el sistema inmunitario de una persona trata una proteína (un alérgeno) como si fuera algo nocivo. Algunos niños con alergias alimentarias corren el riesgo de padecer una reacción alérgica grave llamada anafilaxia. A menudo ocurre rápidamente y, si no se trata, puede poner en peligro la vida.

## Síntomas de una reacción alérgica grave (anafilaxia)

Los síntomas de una reacción alérgica grave pueden comenzar a los pocos minutos de haber comido o estado expuesto a un alérgeno. En algunos casos, la reacción puede tardar varias horas en comenzar. Los síntomas pueden variar de una persona a otra y pueden tener un aspecto diferente cada vez que se presenta una reacción alérgica grave. Los síntomas generalmente incluyen 2 o más de los siguientes sistemas corporales:

- **Piel:** urticaria, hinchazón (cara, labios, lengua), picazón, calor, enrojecimiento, sarpullido
- **Respiratorio (respiración):** tos, sibilancia, falta de aliento, dolor u opresión en el pecho, opresión en la garganta, voz ronca, congestión nasal o síntomas parecidos a los de la fiebre del heno (secreción, picazón nasal y ojos llorosos, estornudos), dificultad para tragar
- **Gastrointestinal (estómago):** náuseas, dolor o calambres, vómitos, diarrea
- **Cardiovascular (corazón):** piel más pálida de lo normal o de color morado, pulso débil, desmayos, mareos o aturdimiento, shock
- **Otro:** ansiedad, sensación de fatalidad (la sensación de que algo malo está a punto de suceder), dolor de cabeza, calambres uterinos, sabor metálico

## Cómo responder ante una reacción alérgica grave

Dado que este tipo de reacción alérgica puede poner en peligro la vida, es importante responder rápidamente y seguir estas medidas de emergencia:

1. **Administre un autoinyector de epinefrina** (por ejemplo, EpiPen® o Allerject™) a la primera señal de una reacción alérgica grave confirmada o sospechada
2. **Llame al 9-1-1** o al servicio de emergencia local. Informe de que alguien está teniendo una reacción alérgica grave
3. **Administre una segunda dosis de epinefrina** tan pronto como 5 minutos después de la primera dosis si los síntomas no mejoran
4. **Vaya al hospital más cercano de inmediato** (en ambulancia, si es posible) incluso si los síntomas son leves o han desaparecido. La reacción podría empeorar o reaparecer, incluso después de administrar un tratamiento adecuado. Se debe permanecer en el hospital en observación durante el tiempo que sugiera el médico (por lo general, alrededor de 4 a 6 horas)

5. **Llame a la persona de contacto de emergencia** (por ejemplo, un padre, una madre o un tutor)

### **Otra información importante sobre EpiPen®**

1. Los productos EpiPen® caducan el último día del mes indicado en el envase del producto. Por ejemplo, si está marcado que el producto caduca en enero, seguirá siendo válido (no caducado) hasta el 31 de enero
2. Se recomienda tener más de un autoinyector con diferentes fechas de caducidad para evitar tener solo un autoinyector caducado
3. Si está experimentando una reacción anafiláctica y solo tiene un autoinyector caducado, utilice el producto caducado y llame de inmediato al **9-1-1**
4. Tanto si el producto está caducado como si no, acuda al hospital más cercano lo antes posible después de utilizar el producto, tal y como se indica en la etiqueta del producto

### **Control de las alergias alimentarias**

Los alimentos pueden suponer un alérgeno para muchas personas. Si usted o alguien a su cargo padece una alergia alimentaria, elegir los alimentos puede ser todo un reto. [Más información sobre cómo controlar las alergias alimentarias.](#)

Nuestros archivos HealthLinkBC proporcionan información sobre cómo reconocer y responder ante alergias alimentarias graves en niños y adolescentes. También puede encontrar aquí consejos sobre cómo ayudar a su hijo/a a mantenerse a salvo:

- [HealthLink BC File #100a Reacciones alérgicas graves a los alimentos: Niños y adolescentes](#)
- [HealthLinkBC File #100c Centros de cuidado infantil seguros para niños con alergias](#)

Para obtener información y recursos sobre cómo reducir el riesgo de que un bebé desarrolle una alergia alimentaria, consulte:

- [Reducir el riesgo de alergias alimentarias en su bebé](#)

Para obtener información sobre las alergias alimentarias en los adultos que viven en centros de cuidados, consulte:

- [HealthLinkBC File #100b Centros de cuidados seguros para adultos con alergias](#)

### **Sitios web de interés**

#### **Gobierno de la Colombia Británica (BC)**

El Gobierno de BC proporciona recursos de planificación de seguridad en caso de reacciones alérgicas graves en las escuelas. Obtenga información sobre el fomento de la concientización, la elaboración de políticas y la creación de planes de seguridad en las escuelas.

- [Anafilaxia](#)

#### **Food Allergy Canada (Alergias alimentarias en Canadá)**

Food Allergy Canada educa, apoya y aboga por las necesidades de las personas que tienen alergias alimentarias. También apoya la investigación y participa en la misma. Obtenga más información sobre las alergias alimentarias y la anafilaxia:

- [Allergy Aware](#)

- [Food Allergy Canada: Recursos sobre la anafilaxia](#)
- [Food Allergy Canada: Plan de emergencia en caso de anafilaxia](#)
- [Food Allergy Canada: Información de emergencia](#)
- [Food Allergy Canada: Una nueva realidad: qué hacer si se le diagnostica una alergia alimentaria](#)
- [Póster Think F.A.S.T.](#)

### **Health Canada (Ministerio de Salud de Canadá), Gobierno de Canadá**

Health Canada proporciona información sobre cómo evitar las reacciones alérgicas y cómo mantenerse preparado. Para obtener recursos sobre alérgenos comunes, consulte:

- [Gobierno de Canadá: Los alérgenos alimentarios más comunes](#)
- [Gobierno de Canadá: Consejos para evitar los alérgenos comunes en los alimentos](#)

### **Canadian Society of Allergy and Clinical Immunology (Sociedad Canadiense de Alergología e Inmunología Clínica)**

La Canadian Society of Allergy and Clinical Immunology apoya la investigación sobre alergias e inmunología clínica. La Sociedad proporciona información sobre las alergias comunes que afectan a los estudiantes. Encontrará ejemplos de políticas y planes de emergencia para ayudar a las personas, las escuelas y las organizaciones a desarrollar estrategias de gestión eficaces:

- [Recursos para pacientes y escuelas](#)

La información proporcionada en el artículo sobre las reacciones alérgicas graves está adaptada de [Anafilaxia en las escuelas y otros entornos, con derechos de autor de 2005-2016](#) de la Canadian Society of Allergy and Clinical Immunology.

---

Para leer acerca de otros temas en los folletos de HealthLinkBC, vea [www.HealthLinkBC.ca/more/resources/healthlink-bc-files](http://www.HealthLinkBC.ca/more/resources/healthlink-bc-files) o visite su unidad local de salud pública. Para obtener información y consejos en temas de salud en B.C. (para casos que no constituyan una emergencia), vea [www.HealthLinkBC.ca](http://www.HealthLinkBC.ca) o llame al número gratuito **8-1-1**. El número telefónico de asistencia para personas sordas o con problemas de audición es el **7-1-1**. Ofrecemos servicios de traducción (interpretación) en más de 130 idiomas para quienes los soliciten.