

Qué es una anafilaxia y cómo actuar

¿Qué es la anafilaxia?

Es una reacción alérgica brusca y generalizada que afecta a dos o más zonas del cuerpo y se inicia rápido (5-10 minutos) después del contacto con lo que la desencadena. Puede llegar a ser muy grave y entonces se llama shock anafiláctico. Pueden afectarse múltiples zonas del cuerpo (bronquios, piel, laringe, nariz, ojos, aparato digestivo o cardiocirculatorio).

¿Qué hay que saber?

¿Qué síntomas produce?

Puede producir cualquiera de los siguientes síntomas:

- **Asma:** “pitos”, dificultad respiratoria, opresión en el pecho, tos irritativa.
- **Espasmo de laringe:** estridor, tos perruna, afonía, dificultad para tragar o respirar.
- **Rinoconjuntivitis:** goteo nasal, estornudos, picor, obstrucción nasal, lagrimeo, ojos rojos o hinchados.
- **Urticaria:** habones o ronchas en la piel, picor intenso, inflamación en labios, ojos o cualquier zona del cuerpo (**el picor y enrojecimiento de palmas y plantas es signo de reacción grave**).
- Síntomas digestivos: vómitos, dolor abdominal, diarrea.
- Shock: hipotensión, mareo, visión borrosa, náuseas, sensación de muerte inminente, convulsiones o pérdida de consciencia.

No siempre son reacciones graves. Pero en caso de gravedad se puede producir la muerte por shock o por asma muy severo.

Los síntomas aparecen pronto, antes de una hora, la mayoría en minutos. A veces puede tener una recaída al cabo de 4-12 horas de haberse recuperado, y puede ser tan grave como la primera.

Recuerden los síntomas:

- Asma.
- Rinitis.
- Conjuntivitis.
- Urticaria.
- Edema de glotis.
- Dolor abdominal y/o vómitos.
- Shock anafiláctico.

¿Por qué se puede producir?

Por cualquier cosa. Los más frecuentes en niños son [los alimentos](#) (sobre todo [leche de vaca](#), huevo, [frutos secos](#), pescados y mariscos). En segundo lugar los medicamentos (antibióticos, anestésicos, vacunas) y picaduras de abeja o avispa.

Un caso especial es la anafilaxia a alimentos desencadenada por ejercicio. Cuando coincide que el niño toma el alimento y luego hace ejercicio aparece la reacción, mientras que si van por separado el alimento y el ejercicio tolera bien ambos.

Toda sustancia que pueda ocasionar una anafilaxia se conoce como ALÉRGENO.

¿Cómo prevenir estas reacciones en la escuela?

- Se debe conocer qué niños son alérgicos y a qué se debe la alergia de cada uno de ellos. Se debe saber dónde se encuentra la sustancia responsable y cómo evitarla.
- Deben conocer los síntomas que pueden tener, y saber cómo y cuándo usar la medicación.
- Se recomienda que el niño lleve una pulsera o medalla que informe de su problema.
- Recordar que las reacciones por alimentos ocurren no solo al comerlos sino también cuando se tocan estos o los cubiertos, platos, cazuelas, sartenes, etc., donde han estado. A veces incluso con el olor o vapor es suficiente. Se debe evitar la “contaminación” de otros alimentos en su preparación.
- Lavado frecuente de manos entre la preparación de alimentos distintos. Se servirán primero los platos del niño alérgico.
- Hay que evitar el contacto del niño con sus alérgenos (alimentos, [látex](#), plantas...) en cualquier zona del colegio (patio, aulas, comedor, autobús, laboratorio, talleres, campo de deporte...) y también en actividades extraescolares, excursiones o viajes.
- Evitar intercambio de alimentos entre los niños.
- En el caso de asma, tener cuidado con el asma de esfuerzo durante el ejercicio.
- Conocer los listados sobre los materiales escolares que contienen alérgenos validados por sociedades científicas especializadas.

[Alergia a látex. Peligro con:](#)

- Globos.
- Material de psicomotricidad.
- Tiza.
- Plastilina.
- Pintura.
- Chupetes.
- Adhesivos.
- Guantes de látex.
- Cremas (pegamento, celo...).
- Jabones.
- Tijeras.
- Gomas de borrar, de pelo, elásticas.
- Balones.
- Colchonetas elásticas.

[Puedes saber más consultando este listado: Listado AEPNAA.](#)

¿Cómo actuar si ocurre una reacción en el centro?

Se debe tratar, en los casos leves, con un solo síntoma, lo que presenta el niño:

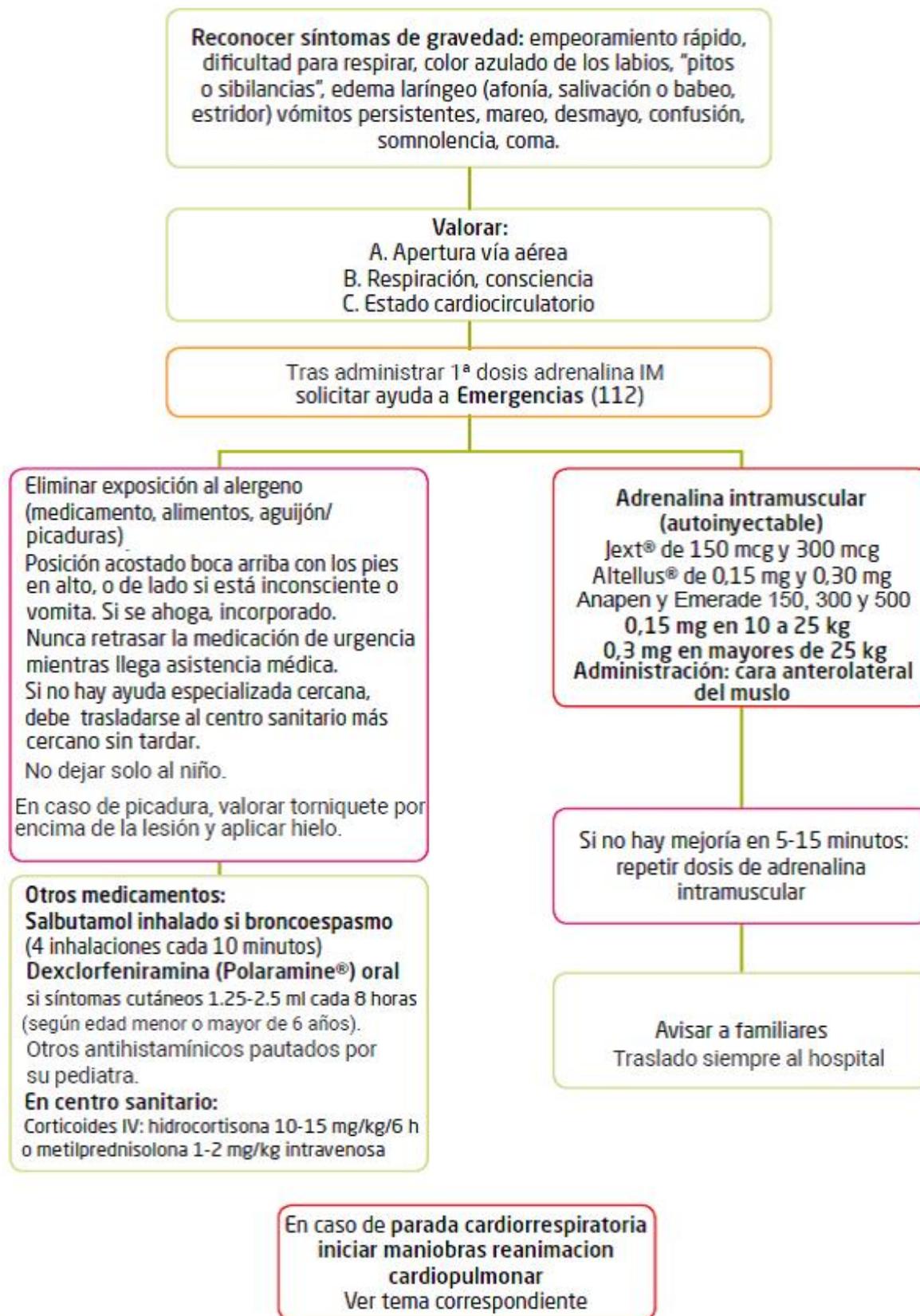
- [Asma](#): broncodilatadores inhalados (*Salbutamol* o similar pautado por su pediatra).
- Urticaria, picor o hinchazón: antihistamínicos.
- Rinoconjuntivitis: [antihistamínicos](#).
- Síntomas abdominales: [soluciones de rehidratación](#).

Se debe vigilar si empeora. Si lo hace o desde el principio el niño está muy afectado hay que administrar [adrenalina intramuscular](#) (ver Anexo 1). Se puede repetir las veces que hagan falta hasta que el niño esté bien. Sus efectos son pasajeros, por lo que el niño puede volver a recaer. Por ello hay que llamar rápidamente al Servicio de Urgencias de su comunidad.

No dejar nunca solo al niño.

La gravedad de un episodio es impredecible y todas ellas deberían tratarse precozmente. Retrasar la administración de la adrenalina está asociado con una peor evolución.

Actuación ante la anafilaxia



¿Qué papel tiene el personal del colegio (profesores y personal no docente)?

- Disponer de una ficha por cada alumno alérgico con todos aquellos datos de interés sobre los alérgenos que le dan problemas y sobre la medicación a administrar en caso de urgencia.
- Obtener una copia del informe del especialista médico sobre la enfermedad del niño, la forma de prevenir y tratar sus síntomas si hay una reacción grave.

- Mantener contacto estrecho con los padres del niño para compartir información sobre cualquier incidencia.
- Asegurarse de disponer de medicación no caducada para caso de urgencia en el botiquín escolar. Debe ser fácilmente accesible por el personal y estar en lugar seguro. Cuando el niño sea lo suficientemente mayor y responsable, debe llevarla encima.
- Solicitar a los padres la medicación necesaria que el niño pueda necesitar.
- Realizar actividades en el aula con el fin de conseguir la colaboración y solidaridad de los otros compañeros (informarles de que es la anafilaxia, no intercambiar alimentos...). Algunas páginas web con recursos e información sobre alergia para niños son [Alergia infantil Hospital la Fe](#) (dirigido a las familias pero con recetas y zona para niños con recursos, juegos, concursos...).
- Vigilar que no haya intercambios de comida en las horas del patio o actividades fuera del aula.
- Es buena idea tener un recipiente con el nombre y foto del niño, con las instrucciones de actuación y uno, o mejor dos, dispositivos de adrenalina autoinyectable.
- Asegurarse de que en cualquier actividad fuera de la escuela infantil se lleva la medicación necesaria.
- Asegurarse de que al niño de riesgo lo conozca todo el personal de la escuela, incluido el temporal. Todo el personal del centro debe estar involucrado (profesores, monitores, cocineros, enfermería...).
- Debe haber varias personas que sepan cómo actuar ante una reacción.
- Solicitar y obtener la formación específica de estas personas por personal sanitario adecuado.
- Conocer dónde llamar para solicitar atención médica urgente y para avisar a los padres o tutores.
- Administrar la medicación de urgencia, siguiendo las instrucciones escritas, en los casos en los que no pueden permitirse retrasos.
- Tener en cuenta que en ocasiones las faltas a clase pueden deberse a sus problemas de salud. Facilitarles las tareas escolares en su domicilio.
- Intentar que el niño alérgico pueda realizar las mismas actividades que los demás.

Anexo 1. Normas utilización de la adrenalina (SEICAP) ([descargar pdf](#))

**El personal del colegio debe tener inmunidad frente a acusaciones judiciales por las consecuencias de administrar la medicación de urgencia o rescate.
¡Administrar la medicación puede salvar una vida!**

Recursos

Bibliografía

- [Anafilaxia](#). En: Sociedad Española de Inmunología Clínica, Alergología y Asma Pediátrica.
- [Guía informativa: alergia a alimentos y/o al látex en los centros educativos. Escolarización segura](#). En: Ministerio de Educación, Cultura y Deporte.
- [La atención al niño alérgico en la escuela: grupo de Trabajo EAACI/gA2LEN sobre el niño alérgico en la escuela](#). En: Sociedad Española de Inmunología Clínica, Alergología y Asma Pediátrica.
- [Manual de anafilaxia pediátrica](#). SEICAP.

Documentos

- [Hojas de recomendaciones: normas de evitación de alérgenos, dietas para alergias alimentarias, instrucciones](#)

[para administración de medicamentos, plan de actuación en anafilaxia](#). En: Sociedad Española de Inmunología Clínica, Alergología y Asma Pediátrica.

- [Normas de uso de adrenalina](#). Familia y salud.
- [¿Cómo se utiliza un autoinyector de adrenalina?](#) Familia y salud.
- [Protocolos de actuación en reacciones graves y autorización paterna: plan de actuación y protocolo de actuación ante una reacción alérgica en la escuela](#)
- [Vídeos explicativos sobre reacciones alérgicas](#) (Gobierno de Canarias).

Fuente: **Qué es una anafilaxia y cómo actuar** ([descarga pdf](#) del capítulo) En: *GUÍA DE AYUDA PARA CENTROS DOCENTES. Manejo práctico de los problemas de salud pediátricos más frecuentes. Consejos para el profesorado y los cuidadores escolares*. Grupo de Educación para la Salud de la AEPap, actualizada en 2023.

Presentación powerpoint [en formato pdf](#).

Más información en Familia y Salud

- [¿Qué es la anafilaxia?](#)
- [Cómo poner la adrenalina autoinyectable](#)
- [Decálogo de la Anafilaxia Pediátrica](#)

Fecha de publicación: 28-08-2019

Última fecha de actualización: 24-10-2023

Autor/es:

- [Grupo de Educación para la Salud](#). AEPap.

