

Información para el paciente de BMJ

Última publicación: Feb 15, 2022

Anafilaxia

La anafilaxia es una reacción alérgica grave que puede poner en peligro la vida si no se trata a tiempo. Por lo general, es causada por reacciones adversas a ciertos alimentos, medicamentos o picaduras y mordeduras de insectos. Conocer las señales y actuar rápidamente cuando las vea puede salvar vidas.

Si tiene una alergia que puede causar una mala reacción, puede usar nuestra información para hablar con su médico sobre las formas de prevenir problemas graves.

Qué es la anafilaxia?

Las alergias son comunes. Por ejemplo, muchas personas tienen síntomas como estornudos, tos y picazón en los ojos por cosas como el polen (fiebre del heno) y el pelaje de los animales. Y algunas personas tienen una erupción cutánea o hinchazón temporal debido a algunos medicamentos y alimentos.

Pero en algunas personas, la reacción alérgica es mucho peor y puede provocar problemas cardíacos y respiratorios potencialmente mortales. Esto se llama anafilaxia.

Las causas de la anafilaxia parecen diferir según la edad. Por ejemplo, la causa más común en los niños son las alergias alimentarias. Pero en los adultos, la causa principal son los medicamentos, en particular la penicilina y los antiinflamatorios no esteroideos (AINE), como el ibuprofeno.

Las alergias alimentarias comunes que pueden desencadenar la anafilaxia incluyen:

- apio
- pescado
- Huevos de gallina
- legumbres (esto incluye guisantes y algunos tipos de frijoles)
- leche
- mostaza
- chiflado
- sésamo

Anafilaxia

- mariscos, y
- soja.

Puede ser difícil predecir y controlar las causas de las reacciones alérgicas. Por ejemplo, con algunos desencadenantes, como los frutos secos y los mariscos, una pequeña cantidad puede causar una reacción grave.

Y a veces se necesita una combinación de cosas para causar anafilaxia. Por ejemplo, una mala reacción a veces puede ser desencadenada por:

- Ejercicio. Esto puede suceder poco tiempo después de comer algo a lo que es alérgico. Pero también puede suceder sin comer los alimentos que causan el problema
- un cambio repentino en la temperatura a su alrededor.

Además de los medicamentos y los alimentos, las reacciones alérgicas graves a veces pueden seguir a cosas como:

- contacto con caucho de látex, y
- Picaduras de avispas, abejas, garrapatas y algunos tipos de arañas y hormigas.

Cuáles son los síntomas?

Los síntomas de la anafilaxia son similares a los síntomas de cualquier reacción alérgica, pero son mucho más graves y afectan a todo el cuerpo. Estos síntomas suelen aparecer de repente y pueden incluir:

- problemas respiratorios causados por la hinchazón de la garganta y los pulmones
- una voz ronca
- una erupción cutánea, que puede causar picazón
- hinchazón de los labios, la lengua o la garganta
- ojos hinchados y llorosos
- secreción nasal
- mareos, confusión y posiblemente desmayos
- náuseas, vómitos y diarrea, y
- dolor de estómago.

Si recibe tratamiento en el hospital por sospecha de anafilaxia, su médico revisará sus registros médicos para detectar cualquier mención de alergias.

También le preguntará a usted, o tal vez a alguien que lo acompañó al hospital, sobre cualquier cosa que pueda haber causado una reacción: por ejemplo, qué ha comido recientemente, o si ha tomado algún medicamento o ha sido picado por un insecto.

Su reacción podría haber sido causada por algo a lo que ya sabía que era alérgico. O la causa podría haber sido algo que no sabías. De cualquier manera, es importante averiguarlo para que pueda tratar de evitar que vuelva a suceder.

Anafilaxia

Es posible que su médico quiera hacer algunas pruebas para averiguar qué causó su reacción. Pero, por lo general, las pruebas tendrán que esperar. Lo más importante es que recibas un tratamiento inmediato para combatir la reacción.

Si te haces pruebas, estas pueden incluir:

- un análisis de sangre para verificar que ha tenido una reacción alérgica, y
- pruebas cutáneas para averiguar qué causó la reacción.

Las pruebas cutáneas se pueden hacer con parches o con agujas pequeñas. La idea es tocar o pinchar suavemente la piel con una pequeña cantidad de cosas que son causas comunes de reacciones alérgicas.

Si la exposición a una sustancia causa hinchazón o una erupción en el área de la prueba, esta es una buena señal de que usted es alérgico a ella.

qué tratamientos funcionan?

Las personas que tienen una reacción alérgica grave generalmente necesitan tratamiento de emergencia que tiene como objetivo hacer dos cosas:

- revertir los efectos de la anafilaxia, y
- ayudan al corazón y a los pulmones a funcionar correctamente.

adrenalina (epinefrina)

Es posible que hayas oído hablar del uso de la adrenalina para tratar la anafilaxia. Los médicos suelen llamarla por su nombre médico de **epinefrina**. Es una hormona producida en las glándulas suprarrenales del cuerpo. Ayuda de varias maneras, entre ellas:

- Reducir la hinchazón
- estrechar los vasos sanguíneos para que la presión arterial no baje demasiado, y
- haciendo que tu corazón lata más rápido. Esto combate una parte de la reacción alérgica, que es hacer que el corazón se ralentice o se detenga.

La epinefrina se administra en forma de inyección en un músculo, y es posible que necesite recibir varias.

También deberá permanecer en el hospital durante unas horas después de recibir inyecciones de epinefrina. Esto se debe a que los síntomas de la anafilaxia a veces pueden reaparecer un poco después de recibir las inyecciones. A esto se le llama **reacción bifásica**.

El corazón y los pulmones

El tratamiento de emergencia para mantener el corazón y los pulmones funcionando puede implicar la inserción de un tubo a través de la garganta hasta los pulmones para que el aire o el oxígeno se puedan administrar más fácilmente.

Anafilaxia

Para que el corazón funcione correctamente, es posible que te administren líquidos por vía intravenosa (IV). Esto ayuda a asegurarse de que haya suficiente sangre en los vasos sanguíneos para que el corazón funcione bien.

Otros tratamientos

Además de la epinefrina, es posible que te administren medicamentos para ayudar con otros síntomas de la anafilaxia. Estas pueden incluir:

- medicamentos inhalados para ayudarle a respirar más fácilmente. Estos son algunos de los mismos medicamentos que usan las personas con asma
- Antihistamínicos. Estos son medicamentos que se usan comúnmente para tratar las alergias. Pueden ayudar a aliviar síntomas como la picazón y el sarpullido
- medicamentos por vía intravenosa (IV) para reducir la inflamación. Estos medicamentos antiinflamatorios se llaman corticosteroides.

Autoinyectores

Cuando salga del hospital después del tratamiento, su médico debe darle una receta para dos **autoinyectores de epinefrina**. Es posible que escuches que estos se llaman '**epi bolígrafos**', ya que se parecen un poco a los bolígrafos.

Su médico debe explicarle cómo usa los autoinyectores y debe llevarlos consigo en todo momento en caso de que tenga otro episodio de anafilaxia.

Si tiene niños con alergias que corren el riesgo de sufrir anafilaxia, su médico debe recetarle los autoinyectores junto con un plan de emergencia personalizado por escrito.

Tratamiento para personas con enfermedades cardíacas

Si tienes una enfermedad cardíaca, tu medicamento podría dificultar el tratamiento de una reacción anafiláctica, y la anafilaxia podría ser más peligrosa para ti.

Si sabe que tiene una alergia grave, un médico especialista en corazón (cardiólogo) debe revisar su medicamento cuidadosamente. Todavía puede tener adrenalina, pero díglele a los médicos que lo atienden que tiene una enfermedad cardíaca. Es posible que quieran hablar sobre su tratamiento con un especialista lo antes posible.

Tratamientos para ayudar a prevenir más problemas

Después de su tratamiento de emergencia, cuando esté estable de manera segura, su médico podría sugerirle que reciba un tratamiento llamado **inmunoterapia**.

Esto implica exponerlo gradualmente a cantidades un poco más grandes de la cosa a la que es alérgico, para que su cuerpo pueda hacer frente a cualquier exposición accidental.

Las cantidades seguirán siendo muy pequeñas y es probable que no se cure de su alergia. Pero podría ayudar a evitar que vuelva a tener una reacción tan grave.

Este tipo de tratamiento debe ser realizado por un especialista capacitado. Nunca debes tratar de hacerlo tú mismo.

Qué sucederá?

Lo más importante que debe hacer después de recibir tratamiento de emergencia es identificar la cosa a la que es alérgico y que causó el ataque. Esto te ayuda a evitarlo en el futuro.

Dependiendo de a qué sea alérgico, esto puede implicar cosas como:

- leer cuidadosamente las etiquetas de los alimentos
- Pedir a los restaurantes que te digan claramente qué contienen y qué no contienen ciertos platos
- Hacer todo lo posible para evitar ciertas picaduras de insectos
- decirle a su dentista y médico si es alérgico al látex y, por supuesto
- Lleva siempre contigo tus autoinyectores.

La información para el paciente de *BMJ Best Practice* del que se deriva este folleto se actualiza periódicamente. La versión más reciente de las Best Practice puede encontrarse en bestpractice.bmj.com. Esta información está destinada a los profesionales de salud. No sustituye al asesoramiento médico. Se recomienda encarecidamente que verifique de forma independiente cualquier interpretación de este material y, si tiene algún problema médico, acuda a su médico.

Consulte las condiciones de uso completas del BMJ en: bmj.com/company/legal-information. BMJ no ofrece ninguna declaración, condición, garantía o aval, ya sea explícito o implícito, de que este material sea exacto, completo, actualizado o adecuado para un fin determinado.

© BMJ Publishing Group Ltd 2025. Todos los derechos reservados.

