

# Se acerca Halloween. Evite el peligro de la anafilaxis

Este artículo ha sido reseñado por Thanai Pongdee, MD, FAAAAI



Además de fantasmas y duendes, hay otras cosas espeluznantes con las que sus hijos pueden cruzarse en Halloween. Para quienes tienen hijos con alergia a las comidas, las golosinas de Halloween —desde los caramelos hasta las galletitas— también pueden constituir un peligro.

Los alérgenos comunes como maní, frutos secos, leche y huevo son frecuentes ingredientes de las golosinas de Halloween. Algunos niños pueden experimentar un rash o enrojecimiento, irritación de la piel, vómitos, irritación o taponamiento de la nariz, o diarrea o calambres estomacales si comen una comida a la que son alérgicos. En el caso de los niños con alergias severas, un simple mordisco de estos alimentos puede producir una reacción llamada anafilaxis que puede poner en peligro la vida.

Las reacciones anafilácticas generalmente afectan a más de una parte del cuerpo, y pueden producirse muy rápidamente. Entre los síntomas de la anafilaxis encontramos:

- Un bulto en la garganta, ronquera u opresión en la garganta
- Problemas para respirar, sibilancia u opresión en el pecho
- Sensación de hormigueo en las manos, pies, labios o cuero cabelludo

Otros síntomas de anafilaxis son mareo, estado de confusión y shock. Si usted o su niño experimentan alguno de estos síntomas, utilice la epinefrina autoinyectable, y llame al 911 de inmediato.

## Seguridad en Halloween

El hecho de tener alergias alimentarias no significa que uno deba perderse la diversión de Halloween. Si desea un festejo sin riesgos, siga estos consejos:

- Planifique actividades de Halloween que no se relacionen con la comida. Algunas actividades alternativas divertidas son concursos de disfraces, juegos y preparación de las calabazas.
- No permita que su hijo alérgico a los alimentos salga a buscar las golosinas solo. Siempre asegúrese de que lleva la epinefrina autoinyectable.
- Verifique que los adultos o amigos que estén con su niño/a sepan sobre su alergia alimentaria y qué hacer en caso de una emergencia.
- Enseñe a su hijo a decir “no” con cortesía a los alimentos que pueden no ser seguros, en especial, productos caseros como galletas y pastelitos.

## ¿LO SABÍA?

- Las alergias a los alimentos son responsables de entre un 35% y un 50% de todos los casos de anafilaxis.
- En 2007, aproximadamente 3 millones de niños menores de 18 años informaron haber tenido un episodio de alergia alimentaria o digestiva en los 12 meses previos.
- La prevalencia de la alergia a los alimentos entre niños menores de 18 años aumentó 18% entre 1997 y 2007.

## En resumen

Cuidado con los caramelos de tamaños/ formas divertidas, que pueden contener ingredientes distintos a los de los paquetes normales.

**AAAAI**  
American Academy of  
Allergy Asthma  
& Immunology  
[www.aaaai.org](http://www.aaaai.org)

Su fuente para más información o para encontrar un alergista/inmunólogo.