



# PICADURA DE ABEJA

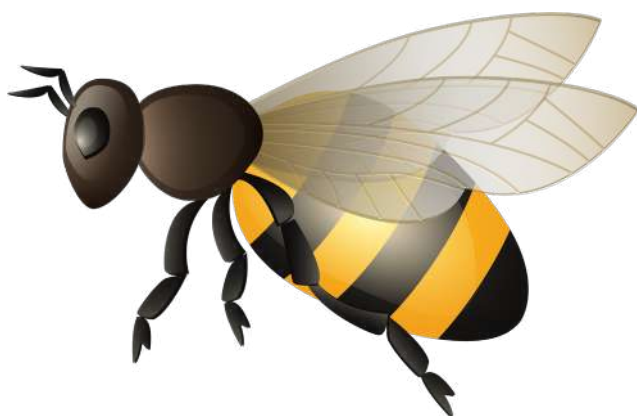
## Consejos de prevención y de actuación en caso de picadura

La mayoría de las picaduras de abeja se producen en los meses de primavera-verano, puesto que hay más polen y las abejas están más activas, coincidiendo también con el aumento de las actividades al aire libre (deporte, caza, pesca, piscinas, jardinería, excursionismo, etc.). Las partes más afectadas normalmente son los pies y las manos.

## Síntomas

Los síntomas más comunes son los expuestos a continuación, de menos a más gravedad: Reacciones locales alrededor de la picadura: dolor localizado, enrojecimiento, inflamación, ardor, calor, granos.

Reacción generalizada o sistémica: indica una reacción alérgica más grave que puede llegar a poner en peligro la vida de la persona, se incluyen la tos, cosquillas en el cuello, opresión en el cuello o pecho, dificultad respiratoria, náuseas, vómitos, mareo o lipotimia, sudor, ansiedad, granos, eritema, etc.



## ¿Cómo puedo saber si soy alérgico a la picadura de abeja?

Es imposible saber si el individuo es alérgico a la picadura de abeja hasta que no sufre una reacción anafiláctica (reacción alérgica generalizada, violenta y grave que se manifiesta con dificultad respiratoria, palidez, taquicardia, eritema generalizado, mareo, hipotensión, lipotimia... y que puede llegar a causar la muerte).

Es poco habitual sufrir una reacción violenta en la primera picadura, puesto que en esta la persona se sensibiliza al veneno. En cambio, en la segunda se puede producir una reacción alérgica variable, y en la tercera es cuando puede llegar a producirse el choque anafiláctico.

## Actuaciones

- Retirar el aguijón suavemente del lugar de la picadura, sin presionar porque esto favorecería que se esparciera el veneno.
- Limpiar bien la zona con agua y jabón.
- Aplicar frío o hielo envuelto con un trapo o toalla delgada para reducir la inflamación y el dolor durante diez minutos, retirarlo diez minutos y volverlo a aplicar y así sucesivamente durante 30–60 minutos.
- Si la picadura es en un brazo o una pierna, elevar la extremidad para disminuir la inflamación.
- Se puede aplicar alguna crema o loción antihistamínica o corticosteroides especiales para picaduras de insectos que se venden a la farmacia sin receta médica, para aligerar el picor. No aplicar saliva o barro.



- Observación durante 24 horas aproximadamente por si aparece alguna reacción alérgica que requiera atención médica urgente.

### ¿Qué se tiene que hacer?

Es importante saber que ante un cuadro de reacción anafiláctica la rapidez a la hora de administrar el tratamiento adecuado determinará la eficacia. Se tiene que recibir de forma inmediata atención médica urgente (ir al hospital más cercano o llamar al 112), donde el médico indicará fundamentalmente la administración de adrenalina conjuntamente con otros fármacos, como antihistamínicos y corticoides, para reducir la sintomatología y posteriormente trasladarlo al hospital para un buen control. Posterior estudio de alergias y pautar una insensibilización del veneno.

### Yo soy alérgico

En individuos alérgicos con tan sólo una picadura será suficiente para provocar una reacción anafiláctica. Estas personas tendrían que llevar una tarjeta, pulsera o cadena con información sobre su alergia.

A estos individuos, el médico les receta medicación para utilizarla en caso de picadura, (adrenalina), por lo que es muy importante que el paciente, la familia y compañeros tengan conocimientos sobre su administración, sus efectos adversos y, sobre todo, tenerla siempre a mano. La administración de adrenalina es la primera medida de auxilio pero en ningún caso sustituye la atención sanitaria. El paciente, después de administrársela, tiene que ir al hospital donde se valorará si requiere otras medidas de tratamiento como puede ser líquidos endovenosos, cortisona y/o antihistamínicos.

### Prevención

Es difícil prevenir una picadura de abeja pero se pueden seguir algunos consejos:

- Evitar los colores brillantes, cremas con perfume y colonias fuertes al aire libre puesto que pueden atraer los insectos.
- No llevar comida o refrescos azucarados en lugares donde son abundantes las abejas.
- En el supuesto de que se acerquen permanecer inmóvil porque cualquier movimiento brusco puede ser interpretado como una amenaza.
- Si llega a producirse la picadura es importante alejarse del lugar para evitar nuevas picaduras puesto que las feromonas que liberan después de picar atraen nuevos insectos.
- Sacudir la ropa que se deje en el suelo en las piscinas o ríos antes de ponérsela, evitar andar descalzos.
- Estar alerta al correr, montar a caballo, bicicleta, moto o coche descubierto en zonas de campo y jardines para evitar chocar con las abejas y causar la picadura.
- Si se ha administrado adrenalina, no conducir por peligro de lipotimia.
- En caso de intentar eliminar algún nido de abejas, actuar con protección adecuada.