

RECOMENDACIONES SOBRE URTICARIA EN PEDIATRÍA

La urticaria consiste en la aparición en la piel de ronchas y habones que pican mucho. Las ronchas suelen durar poco tiempo en el mismo lugar. A la vez que aparecen en una zona de la piel desaparecen de otras. Puede acompañarse de inflamación de manos, pies, codos, cara y, excepcionalmente, de dificultad para respirar o tragar. En la infancia, la mayoría de las urticarias están ocasionadas por una infección. La causa alérgica es menos frecuente. Los brotes de ronchas, aunque habitualmente duran 7-8 días, pueden continuar durante varias semanas. En la mayoría de las ocasiones, no se necesita ningún estudio.

¿QUÉ DEBE HACER EN CASA?

- Vigile la aparición de dificultad para tragar o respirar.
- Evite frotar la piel del niño.
- No le aplique en la piel polvos o pomadas sin consultar con su médico.
- Evitar alimentos que pueden empeorar una urticaria:

1.- Alimentos ricos en histamina: Alimentos fermentados, queso fermentado, conservas (pescado, atún, anchoas, arenque ahumado, sardinas), marisco, legumbres, tomate, espinacas

2.- Alimentos liberadores de histamina: Alcohol, clara de huevo, especias, fresa, plátano, piña, frutos exóticos, cacahuetes, nueces, avellanas, chocolate.

¿CUÁNDO DEBO CONSULTAR DE NUEVO EN URGENCIAS?

- Si el niño respira con dificultad, tiene ronquera o pitos.
- Si el niño no puede tragar, babea mucho.
- Si el niño se encuentra mal o se le hincha la cara.
- Si la urticaria aparece tras picadura o ingestión de un alimento que anteriormente le haya producido una reacción alérgica.