

# ¿Mi bebé está teniendo una reacción alérgica a los alimentos?

Las reacciones alérgicas graves a los alimentos son poco frecuentes en bebés menores de 6 meses. Pero sí ocurren. A continuación, se ofrecen algunos consejos que le ayudarán a hablar con un médico o buscar ayuda de emergencia.

## Síntomas leves de alergia a los alimentos

Las reacciones alérgicas a los alimentos pueden ser leves o graves. Algunos síntomas leves de alergia a los alimentos incluyen:

- Un poco de urticaria o picazón leve en la piel (bultos rojos elevados, que suelen provocar picazón, o sarpullido)
- Picazón en la nariz o goteo o estornudos
- Picazón en la boca
- Náuseas leves o molestias estomacales

“Algunos de los síntomas de una alergia a los alimentos leve también pueden deberse a otras causas. Por lo tanto, puede ser difícil saber si el síntoma se debe a una alergia a los alimentos o a otra causa. Utilice la sencilla prueba de abajo para ver si podría tratarse de una reacción alérgica a los alimentos”.

## ¿Podría su bebé estarle diciendo que tiene una alergia a los alimentos?

Los bebés tienen distintas maneras de informar que algo les duele o anda mal. A continuación, se indican algunas señales que puede observar en un bebé muy pequeño que está teniendo una reacción alérgica a los alimentos:

- Se mete las manos en la boca
- Se tira o rasca la lengua, la cara o las orejas

## ¿Podría tratarse de una alergia a los alimentos?

Si puede responder **SÍ** a **LOS TRES** puntos de abajo, los síntomas pueden indicar una reacción leve de alergia a los alimentos y debe comunicarse con el proveedor de atención médica de su bebé.



- |   |    |    |
|---|----|----|
| 1. Su bebé tiene uno o más síntomas leves de alergia a los alimentos y usted no ha observado esos síntomas en su bebé antes.                  | SÍ | NO |
| 2. Poco antes de que aparecieran los síntomas, su bebé comió un alimento nuevo o comió un alimento que solo había comido algunas veces antes. | SÍ | NO |
| 3. Han transcurrido unos minutos pero no más de 2 horas desde que su bebé comió el alimento.  | SÍ | NO |

## Síntomas graves de alergia a los alimentos a los que debe prestar atención

**¡IMPORTANTE! Si su bebé tiene alguno de los síntomas graves que se detallan a continuación, llame al 911 o acuda a la sala de emergencias de inmediato. Estos síntomas pueden indicar una reacción alérgica a los alimentos potencialmente mortal.**



### Piel

Urticaria o sarpullido que cubre grandes áreas del cuerpo



### Boca o cara

Hinchazón de labios, lengua, ojos o parte de la cara



### Garganta

Dificultad para tragar



### Pulmones o pecho

Tos repetida o sibilancias; falta de aire o dificultad para respirar



### Intestino

Regurgitación o vómitos continuos; diarrea grave



### Otros

Somnolencia repentina, dificultad para despertarse; pulso débil; cabeza, brazos o piernas flácidos o sin fuerzas; piel gris, pálida, azul o morada; desmayos (desvanecerse)

**Para obtener más información sobre las alergias a los alimentos, incluidas formas de ayudar a prevenirlas antes de que aparezcan, visite [FoodAllergyPrevention.org](https://www.FoodAllergyPrevention.org).**