

# ***Charlas-Talleres para formación de familiares y pacientes con alergia alimentaria***

**29 de noviembre de 2023**

**Horario de 18.00 a 19.30 h**

**Centro de Simulación Sanitaria  
Hospital Universitario Río Hortega  
c/Dulzaina nº2 – 47012 Valladolid**

## Destinatarios

- Familiares y pacientes con alergia alimentaria

## Organiza

- Instituto de Ciencias de la Salud de Castilla y León (ICSCYL)
- AblaA Alergias Alimentarias
- Servicio de Alergias. Hospital Universitario Río Hortega de Valladolid

## Coordinadores

**Dña. Estela Ruiz:** Presidenta de ABLAA

**Dra. M<sup>a</sup> Eugenia Sanchis:** Facultativo especialista de área del Área de Salud Oeste (ASVAO).  
Hospital Universitario Río Hortega

## Fecha, Formato y Duración

29 de noviembre de 2023

El Taller será presencial con una duración de 1 horas y media.

Horario de 18 a 19.30 h

## Lugar

Aula de la Unidad de simulación (Nivel 0), anexo a la zona de Investigación del hospital Universitario Río Hortega. Para facilitar el acceso, el punto de encuentro será el vestíbulo del Hospital 15 minutos antes del inicio del taller.

Hospital Universitario Río Hortega

C. Dulzaina, 2. 47012 Valladolid

## Inscripción

35 plazas

Por riguroso orden de inscripción Online a través de la Web: [www.icscyl.com](http://www.icscyl.com)

## Matrícula

Gratuita.

## Secretaría e información en:

Instituto de Estudios de Ciencias de la Salud de Castilla y León (ICSCYL).

Parque de Santa Clara, s/n. 42002 - Soria

Teléfono: 975 04 00 08 ext. 3019

Web: [www.icscyl.com](http://www.icscyl.com)

Email: [beatriz@icscyl.com](mailto:beatriz@icscyl.com)

## **PERTINENCIA**

En los talleres de educación para pacientes con alergia alimentaria queremos que el paciente conozca su enfermedad alérgica, sus signos y síntomas, el uso correcto de medicamentos, así como los factores desencadenantes o agravantes de su enfermedad, de manera que pueda controlar su enfermedad lo mejor posible. Entre los aspectos que justifican la realización de intervenciones educativas en alergia a alimentos, destacan:

- 1.- Aumentar el conocimiento de la enfermedad, despejar los temores sobre la medicación, la comunicación entre pacientes y profesionales sanitarios para resolver dudas y disminuir la incertidumbre.
- 2.- Mejorar la calidad de vida de los pacientes
- 3.- Reducir los ingresos hospitalarios, atención en Urgencias y la demanda de asistencia en Atención Primaria (Pediatría, Atención Primaria) y Atención Especializada (Alergología, otros especialistas)
- 4.- Reducir los costes (directos e indirectos) derivados de esta patología

## **OBJETIVOS**

### **OBJETIVOS GENERALES**

1. Generar en el paciente y en su entorno, a través de intervenciones programadas y estructuradas, las habilidades, aptitudes y conocimientos que permitan adecuar su estilo de vida al estado de salud que presenta, haciéndole tomar un papel activo en el proceso.
2. Mejorar la calidad de vida de los pacientes relacionada con la alergia a alimentos a través de la mejora del conocimiento sobre esta enfermedad.

### **OBJETIVOS SECUNDARIOS:**

1. Diferenciar la alergia a alimentos de otras reacciones con alimentos (intolerancias)
2. Saber interpretar el etiquetado de alimentos
3. Conocer las fuentes potenciales de alérgenos de alimentos, incluyendo medicamentos y material escolar.
4. Ampliar el conocimiento sobre las diferentes familias de alimentos y la importancia de las proteínas de reactividad cruzada.
5. Ayudar a interpretar los informes médicos incluyendo las medidas de evitación de alimentos y prescripción terapéutica realizada por el alergólogo, para mejorar el cumplimiento de las recomendaciones y evitando reacciones adversas por ingestas accidentales.
6. Informar de las características del estudio alergológico y como interpretar los resultados (pruebas cutáneas; analítica incluyendo determinación de IgE específica frente a alimentos y sus componentes alérgicos, pruebas de tolerancia)
7. Explicar en qué consiste la desensibilización / inmunoterapia con alimentos
8. Reconocer los síntomas iniciales de la anafilaxia y las medidas iniciales a seguir incluyendo la administración de adrenalina mediante el conocimiento de los diferentes dispositivos autoinyectores disponibles en el mercado
9. Conocer las bases de la RCP básica

## **D. METODOLOGÍA DEL PROYECTO**

Desde un punto de vista práctico y dinámico, se ha establecido la realización de reuniones centradas en

los pacientes y su entorno cercano (familias), aunque pueden ser interesantes a otros profesionales interesados o implicados en los temas (profesorado, enfermería, otras especialidades médicas incluyendo Pediatría y Atención Primaria)

Estas reuniones se apoyarán en dos dimensiones:

1. **Dimensión teórica:** se desarrollarán de forma breve y sencilla diferentes temas sobre la alergia a alimentos, con el fin de ampliar el conocimiento y reducir las dudas sobre cada tema planteado. Se intentará que esta parte sea participativa.
2. **Dimensión práctica:** enfocada a reforzar aptitudes sobre el manejo cotidiano de la alergia alimentaria (uso de autoinyectores, reconocimiento de la anafilaxia; RCP básica; qué hacer cuando un paciente se encuentra en un programa de desensibilización a alimentos; medidas a seguir en el caso de tratamientos con inmunoterapia ( LTP)...

Para este fin asistirán uno o varios ponentes, que realizarán presentaciones en formato digital y se dispondrá del material necesario (autoinyectores, inhaladores, dípticos, fotografías, videos, material educativo) para realizar la parte práctica.

## PROGRAMA

### 29 de noviembre de 2023 de 18 a 19.30 h

1. Alergia alimentaria y diferencias con intolerancia alimentaria
2. Reconocer las reacciones alérgicas graves ( anafilaxia)
3. Etiquetado de alimentos y etiquetado de medicamentos. Legislación para la protección en centros escolares de CyL. reactividad cruzada
4. Experiencias personales
5. Tratamiento inmediato: cómo administrar adrenalina (parte práctica)

#### ¿Y ahora qué?

---

Después del diagnóstico, las familias nos enfrentamos al desconocimiento de lo que implica padecer una alergia alimentaria, lo que nos provoca miedo e incertidumbre. ¿Qué nos espera a partir de ese momento en nuestro día a día? ¿Cómo reconocemos el alérgeno?

#### Leer un etiquetado

---

Tenemos que aprender a leer los etiquetados. Nadie nos enseña ni explica cómo hacerlo. En ocasiones recibimos un listado de excipientes “E” obsoleto. Con los reglamentos existentes. (1169/2011), dónde se incluyen los 14 alérgenos de obligada declaración en etiquetado (Real Decreto 126/20159 de 27 de Febrero), donde se regula la información de productos no envasados, lo que facilita la búsqueda de productos aptos, siempre teniendo en cuenta que las trazas no son de declaración obligatoria.

#### Alerta 24 horas; 365 días

---

Vivimos en una continua alerta y miedo de que podemos cometer un error y pueda desencadenarse una reacción. Nuestra vida cambia radicalmente tanto familiar como socialmente. (Comparar y compartir experiencias, plantear estrategias que permitan facilitar convivir con esta realidad)

#### ¿Dónde podemos encontrar alérgenos?

---

No solo en alimentos sino también en cosméticos, geles, champús, toallitas, pasta de dientes, proteínas derivadas de la leche, material escolar, medicamentos...

## Anafilaxia

---

Cómo reconocer síntomas, perder miedo a la adrenalina, cómo administrar y cómo tratar y manejar la reacción

### PROFESORES

**Dña. Estela Ruiz:** Presidenta de ABLAA

**Dra. M<sup>a</sup> Eugenia Sanchis:** Facultativo especialista de área del Área de Salud Oeste (ASVAO).  
Hospital Universitario Río Hortega