

## PODEMOS AYUDARTE

AEPNAA es una entidad sin ánimo de lucro que nace en 1996 como grupo de ayuda mutua para mejorar la calidad de vida de los afectados por alergia a alimentos y/o látex y:

-Ofrecer información de calidad a los afectados por alergia a alimentos y látex y a sus familias, con el asesoramiento de su COMITÉ CIENTÍFICO y expertos en diferentes áreas.

-Colaborar con médicos, sociedades científicas y otras entidades para contribuir a la difusión, mejor control y prevención de la alergia.

-Facilitar el intercambio de experiencias entre afectados.

-Fomentar el conocimiento general sobre la alergia a alimentos y látex a través de jornadas, medios de comunicación, publicaciones, etc

AEPNAA pertenece a la Alianza internacional *Food Allergy and Anaphylaxis Alliance* y al Comité de asociaciones de pacientes de la EAACI (*Academia Europea de Alergia e Inmunología Clínica*)



Necesitamos tu apoyo y colaboración para seguir con nuestra labor:

-Contribuirás a que la Asociación tenga mayor fuerza en sus reivindicaciones ante organismos y entidades. Cuantos más somos, más información recogemos e intercambiamos, más se nos escucha y atiende...

-Tu cuota nos permitirá seguir realizando actividades y acciones para mejorar nuestra calidad de vida.

## ¿QUÉ HACEMOS?

Realizamos actuaciones en ámbitos como:

-**Educación:** Formación al profesorado y personal de cocina y comedor escolar, colaboración con las Administraciones para elaborar programas y protocolos para la escolarización segura y normalizada de los menores con alergia.

-**Seguridad alimentaria:** Formación y asesoramiento en prevención y control de alérgenos en la industria alimentaria y empresas de alimentación y restauración. Colaboración con las autoridades competentes en materia de seguridad alimentaria.

-**Sanidad:** Colaboración con organismos sanitarios para promover la atención sanitaria de nuestros afectados en condiciones de seguridad.

## SERVICIOS PARA EL SOCIO:

- Atención telefónica y vía email
- Área privada en la web y foro de AEPNAA
- Grupo de Facebook exclusivo para socios afectados
- Servicio de acogida para nuevos socios
- Asesoramiento general y personalizado
- Reuniones de socios
- Charlas informativas con especialistas
- Talleres de auto-cuidados para niños
- Alertas alimentarias y farmacéuticas por email
- Servicio de consulta sobre alérgenos en medicamentos
- Información periódica y actualizada de marcas (alimentos, material escolar, etc.)
- Descuentos en clínicas y tiendas especializadas
- Campamentos de verano para niños y adolescentes.
- Envío a domicilio de Revista "Alergias al Día"

## ASOCIACIÓN ESPAÑOLA DE PERSONAS CON ALERGIA A ALIMENTOS Y LÁTEX



Síguenos en:

Avda. Manzanares, 62  
MADRID 28019  
Tfno/Fax: 91 560 94 96  
[www.aepnaa.org](http://www.aepnaa.org)  
[aepnaa@aepnaa.org](mailto:aepnaa@aepnaa.org)



## ¿Alergia a alimentos o al látex?



ASOCIACIÓN ESPAÑOLA DE PERSONAS  
CON ALERGIA A ALIMENTOS Y LÁTEX

## ¿QUÉ ES LA ALERGIA A ALIMENTOS Y LA ALERGIA AL LÁTEX?

Es una **respuesta alterada del sistema inmunológico ante una sustancia (alérgeno)** inofensiva y bien tolerada por las personas no alérgicas. Las personas con alergia pueden presentar reacciones al **contacto, ingestión o inhalación** de las proteínas de un alimento o de látex de caucho natural.

Los **mecanismos** por los que se produce son **variados (por anticuerpos o por células, o una combinación de ambos)**, siendo el más conocido el que se produce cuando la persona con alergia crea anticuerpos tipo IgE (inmunoglobulina E) contra esa sustancia (alérgeno).

## ¿CUÁLES SON SUS SÍNTOMAS?

**-Leves o moderados:** erupciones, urticaria, picor, lagrimeo, enrojecimiento ocular, irritación nasal, tos, diarrea, vómitos, dolor abdominal, sangre en heces.

**-Graves:** dificultad respiratoria, asma, hipotensión, opresión torácica, palpitaciones o mareo, siendo la situación de mayor gravedad el **choque anafiláctico**, con riesgo de muerte inminente.

Los síntomas **suelen aparecer de forma inmediata** (entre minutos y pocas horas) en el caso de la alergia por anticuerpos IgE, y de forma más tardía (hasta varios días después) y con manifestaciones de tipo crónico en la alergia mediada por otros mecanismos inmunológicos.

En la **alergia al látex** son parecidos, siendo menos frecuentes los digestivos, y más típicos el enrojecimiento y habones en las manos tras usar guantes de látex, o los síntomas nasales y/o el asma tras inhalar el polvo de los guantes de látex o de globos.

## ¿QUÉ ALIMENTOS PUEDEN CAUSAR ALERGIA?

Cualquier alimento puede causar alergia, aunque los más habituales son la leche y el huevo en lactantes y niños pequeños, y frutas, frutos secos, pescados y mariscos en niños más mayores y adultos.

## ¿CÓMO SE DIAGNOSTICA?

Si sospecha que tiene alergia a alimentos o látex, debe **acudir al alergólogo**, que realizará un diagnóstico **preciso** mediante **historia clínica** detallada, **test cutáneo** (prick-test), **análisis de sangre** (IgE específica en suero) y, en caso necesario, **pruebas de exposición** controladas en un centro hospitalario.

## ¿CÓMO PREVENIR LAS REACCIONES?

Se debe eliminar todo contacto con el alérgeno. Ello requiere una **atenta lectura de los ingredientes** de los alimentos y control en su manipulación, así como revisar la composición de cosméticos, medicamentos y productos sanitarios, material escolar, etc. que pueden contener también proteínas de los alimentos y/o látex. Si tiene alergia al látex, debe desconfiar de cualquier producto elástico, sobre todo si sus paredes son delgadas.

## ¿CUÁL ES SU TRATAMIENTO?

En caso de ingestión, inhalación o contacto con el alérgeno, el alergólogo le indicará cuál es el tratamiento para contrarrestar la reacción alérgica. **Toda persona en riesgo de anafilaxia que tenga prescrita la ADRENALINA AUTOINYECTABLE debe llevarla consigo en todo momento y en todo lugar.**

Existen tratamientos para la alergia por IgE a determinados alérgenos, como la inducción de tolerancia oral (ej. leche y huevo) y las vacunas (ej. melocotón y látex). De ello le informará adecuadamente su alergólogo.



Ilustrado por  
[sofia.gaubert@gmail.com](mailto:sofia.gaubert@gmail.com)

Con la colaboración:



Información revisada por:  
Comité Científico de AEPNAA, febrero 2015



## SOLICITUD DE INSCRIPCIÓN

Si quieres hacerte socio y apoyar nuestra causa sigue las indicaciones en nuestra web:

[http://www.aepnaa.org/hazte\\_socio](http://www.aepnaa.org/hazte_socio)

o rellena la siguiente solicitud y AEPNAA contactará contigo para indicarte los pasos a seguir:

Nombre:

Apellidos:

Población:

E-mail:

Teléfono/s:

Soy afectado o familiar: Sí No

Alergias:

¿Cómo nos ha conocido?

De conformidad a la LOPD 15/1999 de España, los datos de contacto que nos facilite serán incluidos en un fichero debidamente inscrito ante el RGPD con la finalidad de posibilitar las comunicaciones de la ASOCIACIÓN ESPAÑOLA DE PERSONAS CON ALERGIA A ALIMENTOS Y LATEX AEPNAA con Ud., dentro del ejercicio de nuestra actividad. Ud. podrá ejercitar los derechos de acceso, rectificación, cancelación y oposición dirigiéndose a: ASOCIACION ESPAÑOLA DE PERSONAS CON ALERGIA A ALIMENTOS Y LATEX AEPNAA, AVDA. DEL MANZANARES 62, 28019 MADRID.