

NORMAS PARA LAS PERSONAS ALÉRGICAS A LA PICADURA DE ABEJAS O AVISPAS

El riesgo de padecer una picadura de himenópteros (abeja o avispa) es mayor en los meses de primavera y verano. Durante ese período de tiempo se deben extremar las precauciones con las actividades al aire libre.

LO QUE DEBE HACER:

- Evite realizar movimientos bruscos cuando se le aproximen abejas o avispas.
- Permanezca apartado de lugares con abundantes flores, árboles frutales o animales.
- Cuando trabaje en el exterior o en su jardín, cubra su cuerpo al máximo, utilizando gorro, guantes, pantalones y camisas de manga larga.
- Cierre las ventanas de su dormitorio durante el día.
- Las bolsas o contenedores de basura dentro y fuera de casa deben estar limpias y bien cerradas. Evite zonas donde existan restos de comida.
- Se recomienda no hacer comidas al aire libre.
- Revise las zonas próximas a su domicilio. Si existen avisperos o colmenas avise a los bomberos para que las retiren.
- Cuando viaje en motocicleta utilice guantes y casco.
- Antes de entrar en un vehículo debe comprobar que no hay ningún insecto en su interior. Viajar con las ventanillas cerradas.
- Los repelentes de insectos, aunque útiles, no proporcionan una seguridad absoluta.
- Si es atacado por avispas o abejas, cúbrase la cabeza con ropa o con sus manos. Aléjese lentamente, sin realizar movimientos bruscos hasta un lugar seguro.
- Si la profesión del paciente requiere del contacto con colmenas de abejas se procurará, en primer término, cambiar de ocupación y, si esto no es posible, proteger toda la superficie corporal con la ropa apropiada. Debe ir acompañado de, al menos, una persona que conozca bien su problema y sepa como tratar una reacción adversa (con la medicación “kitt de anafilaxia” que el paciente siempre llevará consigo).

LO QUE NO DEBE HACER:

- Utilizar perfumes, lacas, cremas, champús aromáticos o cualquier otro producto de olor intenso.
- Ponerse ropa de colores brillantes, estampados o negra. Son preferibles los colores claros, verdes o marrón suave.
- Nunca camine descalzo en el exterior.
- Hurgar en avisperos, troncos caídos, establos o basureros.