



## La importancia del monitor, y de su actuación, en el caso de reacción alérgica por ingesta

31-01-2018

**Conocer la sintomatología en caso de reacción alérgica ayuda a poder llevar acabo una actuación precoz y más eficaz, evitando poner en situación crítica la salud de las personas. Los profesionales de la restauración colectiva deben saber cómo actuar en caso de ingesta accidental. En este sentido, los monitores y monitoras de comedor juegan un papel igual de importante que los cocineros, aunque ellos no sean el manipulador de alimentos de mayor riesgo.**

La restauración colectiva, en el caso de las alergias alimentarias, no solo debe ser conocedora de los alérgenos que pone en riesgo la salud de las personas, sino también de como se debe actuar en caso de ingesta accidental. La descripción de la actuación debe ser lo más detallada posible, ya que es esa información la que permitirá actuar con más rapidez y, por tanto, más eficazmente.

Hay que tener muy en cuenta, además, que en el sector de la restauración colectiva, los monitores y monitoras de comedor juegan un papel igual de importante que los cocineros, aunque ellos no sean el manipulador de alimentos de mayor riesgo.

### ¿Por qué es clave la figura del monitor?

En primer lugar, los monitores son manipuladores de alimentos, igual que los cocineros y, deben actuar bajo las mismas normas higiénico sanitarias que el personal de cocina. Cocineros y monitores deben trabajar en equipo, ya que el riesgo higiénico sanitario puede darse en cualquier momento de la cadena de producción y/o servicio. Por esta razón los monitores de comedor deben llevar a cabo formación de buenas prácticas de manipulación de alimentos.

En segundo lugar, ellos son los manipuladores que están controlando a los niños en el momento de la ingesta de alimentos, servicio de comedor, y en el patio, dónde practican ejercicios físico. En estos dos momentos son en los que puede darse una reacción alérgica más fácilmente, ya sea por la ingesta de un alérgeno dañino para la salud de la persona; o bien, debido a la actividad física ya que el esfuerzo es un co-factor de las reacciones alérgicas.

El esfuerzo es un co-factor a la reacción alérgica porque:

- Por un lado, facilita la absorción intestinal del alérgeno, con lo cual aumenta la oferta alérgica a las células sensibilizadas del sistema inmunitario.
- El ejercicio rebaja el umbral de activación de las células inflamatorias (mastocitos y basófilos) por un mecanismo no bien aclarado, postulándose a que se modifique la forma en que son presentados los alérgenos. La liberación de beta-endorfina que se produce con el ejercicio físico disminuye el umbral de reactividad de estas células.

Al estar presentes en los dos momentos de más riesgo, los monitores serán, seguramente, los primeros que podrán actuar y auxiliar al niño en caso de aparición de una reacción alérgica. Por todo ello es fundamental que conozcan cual debe ser el protocolo de actuación; protocolo que debe estar indicado y autorizado por el titular legal del menor en el informe médico, entregado al centro escolar.

Según el caso, las actuaciones en caso de ingesta de un alérgeno pueden ser:

1. Llamar a los padres.
2. Utilizar algún antihistamínico indicado por un profesional sanitario. Este deberá haber especificado cómo debe realizarse la toma: sublingual con gotas, en cantidad determinada, deglución con agua, etc.
3. Aplicar una inyección de adrenalina, prescrita por un profesional sanitario.
4. O ambas actuaciones anteriores combinadas según la sintomatología y gravedad de la reacción.

Al existir la posibilidad de una actuación combinada, toma de antihistaminicos y/o inyección de adrenalina, es muy importante que los padres y/o profesional sanitario, detallen previamente la actuación según la sintomatología de la reacción.

### La importancia de contar con información previa sobre anteriores actuaciones médicas

Los niños que ya vienen definidos con una alergia alimentaria, quiere decir que previamente han tenido una toma de contacto con el alérgeno en cuestión, ya sea por ingesta, tacto o inhalación y han mostrado un cuadro clínico. Si existen antecedentes de reacción también se puede conocer la actuación médica. Esta información es importante que se detalle en el informe entregado al centro escolar para conocer la actuación según la sintomatología y gravedad. Esto dará una ventaja a los monitores para poder actuar de forma precoz y, evitar que la sintomatología sea más severa y crítica.

Cuanto antes se actúe frente una reacción alérgica más se podrán disminuir los riesgos de salud y mejor será la recuperación de la persona.

Por último hay que recordar que el hecho de actuar mediante medicación y/o inyección de adrenalina por reacción alérgica, no exime del traslado del niño a un centro médico o de llamar a urgencias para que sea inspeccionado, vigilado y valorado por parte de un profesional sanitario. También se debe llamar a los padres o representante legal del niño para informar de la situación.

Es muy importante tener en cuenta que la medicina de rescate/medicina salvavidas, como la adrenalina no sustituye la labor de la emergencia hospitalaria.

Tal como informa el Ministerio de Sanidad: ante los síntomas de una reacción alérgica, al poder ser variable tanto en gravedad como en el tiempo que tardan en aparecer los síntomas se recomienda que el personal de la escuela, con el que el niño pasa habitualmente un tercio de su jornada, esté informado de las características, de la gravedad y de las pautas a seguir, incluida la administración de la adrenalina. Según las recomendaciones del ministerio, también es necesaria y fundamental para una escolarización segura, la colaboración y comunicación entre todas las partes implicadas: los servicios sanitarios, profesionales

sanitarios, administración educativa, la comunidad escolar, la familia y el alumno. La reacción alérgica tras la ingestión, contacto o inhalación del alérgeno, presenta mayoritariamente síntomas leves, pero en ocasiones puede desencadenarse muy rápidamente y agravarse hasta llegar a poner en peligro la vida de la persona.



**Blanca Esteve** es nutricionista y tecnóloga de los alimentos. Actualmente es directora de **Aleanutri**, una asesoría y consultoría especializada en temas de seguridad alimentaria y nutrición dirigida a empresas de restauración social y colectiva e industrias. @: [blanca@aleanutri.com](mailto:blanca@aleanutri.com)