

Picaduras de abejas y avispas: cuándo acudir a urgencias

14.8.2026 - Ana Láinez Nuez | Vithas

Si aparecen síntomas fuera de la zona de la picadura, como urticaria generalizada, dificultad para respirar, mareo, hinchazón de labios o lengua, debemos buscar atención médica urgente.

- **La mayor parte de los casos de anafilaxia por picaduras que ven los alergólogos están causados por el veneno de himenópteros**

Con la llegada del verano y el aumento de la actividad al aire libre, las picaduras de insectos se convierten en una de las consultas más frecuentes en centros sanitarios. Aunque la mayoría se resuelven sin complicaciones, el [Hospital Vithas Valencia Turia](#) recuerda que **algunas pueden desencadenar reacciones alérgicas graves que requieren atención médica inmediata.**

La clave, tal y como explica la Dra. [Ana Láinez](#), jefa de [Alergología](#) del centro, está en **reconocer los signos que van más allá de la zona afectada**. “Si aparecen síntomas que afectan a otras partes del cuerpo, como **urticaria generalizada, dificultad para respirar, mareo, hinchazón de labios o lengua**, debemos buscar atención médica urgente porque podría tratarse de una reacción alérgica grave o anafilaxia”, señala.

La [Sociedad Española de Alergología e Inmunología Clínica](#) (SEAIC) confirma que la anafilaxia -la reacción alérgica más grave- ha aumentado en España en las últimas décadas. Las estimaciones sitúan su incidencia anual entre 3,2 y 30 casos por cada 100.000 habitantes, y su prevalencia a lo largo de la vida puede alcanzar al 2% de la población. Entre las causas más frecuentes, las picaduras de himenópteros -principalmente abejas y avispas- ocupan el tercer lugar, por detrás de alimentos y medicamentos. En población pediátrica, las reacciones alérgicas sistémicas por picaduras de himenópteros afectan aproximadamente al 0,4-0,8% de los niños.

Aunque no siempre es posible identificar el insecto responsable, algunos detalles pueden orientar. La abeja suele dejar el aguijón clavado en la piel junto con parte del saco de veneno, por lo que solo puede picar una vez y muere poco después. La avispa, en cambio, posee un aguijón liso que no queda atrapado, de modo que puede picar repetidamente. Además, **las abejas suelen picar cuando se sienten amenazadas** -por ejemplo, al pisarlas descalzos en el césped o al manipular flores-, mientras que **las avispas son más agresivas**, especialmente a finales del verano, y es habitual encontrarlas alrededor de alimentos, bebidas azucaradas, fruta madura, papeleras o terrazas, ya que se sienten atraídas por los restos de comida.

Cómo actuar en caso de picadura

La Dra. Láinez recuerda que “una gran hinchazón local, aunque resulte llamativa, no suele ser sinónimo de alergia grave ni implica necesariamente que la persona vaya a sufrir una reacción alérgica generalizada en el futuro”.

Así, la recomendación es “**mantener la calma**. En la mayoría de los casos basta con lavar la zona con agua y jabón y aplicar frío local -una compresa fría o hielo envuelto en un paño-, para reducir el

dolor y la inflamación”. Si la picadura ha sido de abeja y el aguijón permanece clavado, debe retirarse lo antes posible evitando presionarlo para impedir que libere más veneno. “Estas medidas, junto con la administración de un antihistamínico oral, suelen ser suficientes para controlar el picor y la inflamación, aunque en algunas reacciones locales intensas puede ser necesario añadir tratamiento con corticoides tópicos u orales a dosis bajas”.

Existen, sin embargo, signos que deben activar la alarma: dificultad para respirar, sensación de ahogo, hinchazón de labios, párpados, lengua o garganta, aparición de ronchas por todo el cuerpo, mareo, desorientación, vómitos repetidos o pérdida de conocimiento. “Estos síntomas pueden aparecer en cuestión de minutos y requieren la administración inmediata de adrenalina intramuscular y el traslado urgente a un centro médico”. Si la persona dispone de un autoinyector de adrenalina porque ya había sido diagnosticada previamente de alergia a himenópteros, debe utilizarlo sin demora mientras espera la llegada de los servicios de emergencia.

“Tras una reacción alérgica generalizada por una picadura de abeja o avispa, es fundamental acudir posteriormente al especialista en Alergología para confirmar el insecto responsable y valorar la indicación de inmunoterapia con veneno”, señala la Dra. Láinez.

Prevención

En cualquier caso, la especialista del Hospital Vithas Valencia Turia recuerda que **la prevención sigue siendo la herramienta más eficaz**. “Utilizar repelentes adecuados, evitar caminar descalzo sobre el césped -especialmente cerca de flores-, evitar zonas con agua estancada, cubrir alimentos y bebidas al aire libre y no realizar movimientos bruscos si una abeja o una avispa se acerca, son medidas sencillas que reducen significativamente el riesgo de picaduras”, concluye la Dra. Láinez.

Sobre Vithas El [grupo Vithas](#) está integrado por 22 hospitales y 40 centros médicos y asistenciales distribuidos por 14 provincias. Los 14.500 profesionales que conforman Vithas lo han convertido en uno de los líderes de la sanidad española. Además, el grupo integra a la [Fundación Vithas](#), [Vithas Red Diagnóstica](#) y la central de compras [PlazaSalud+](#). Vithas, respaldada por el grupo [Goodgrower](#), fundamenta su estrategia corporativa en la calidad asistencial acreditada, la experiencia paciente, la investigación y la innovación y el compromiso social y medioambiental. [Vithas.es](#) [Goodgrower.com](#) Síguenos en: [LinkedIn](#)[Instagram](#)[TikTok](#)[Facebook](#)[X](#)[Youtube](#)

<https://vithas.es/comunicacion/actualidad/picaduras-abejas-avispas-cuando-acudir-urgencias>