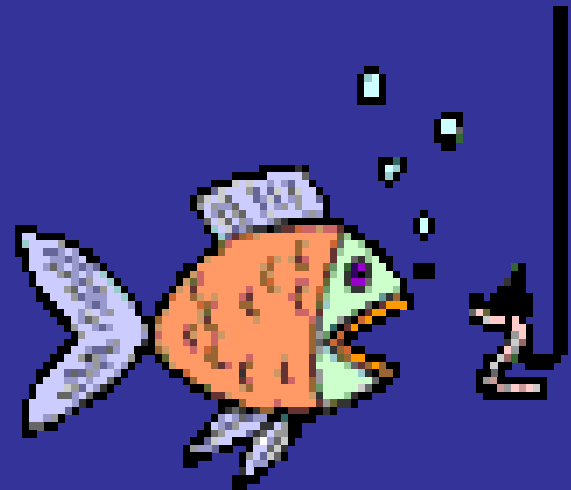


ALERGIA A ALIMENTOS

Reacciones
adversas a
alimentos



¿Que es la alergia a alimentos?

Las **reacciones adversas a alimentos** no son un fenómeno desconocido para nadie. Todos hemos experimentado alguna vez problemas con relación a alguna comida.

Este tipo de reacciones puede ser causadas por mecanismos **tóxicos** (alimentos en mal estado, irritantes, etc.) que producen trastornos en cualquier persona o por mecanismos **no tóxicos** que solo afectan a algunas personas susceptibles.

Dentro de este grupo de reacciones **no tóxicas** se encuentran las **intolerancias** a alimentos, en las que no se identifica mecanismo inmunológico, de las que la más frecuente y más conocida es la intolerancia a la lactosa (diarrea y meteorismo tras ingestión de lácteos) y las reacciones inmunológicas de entre las que las reacciones **alérgicas mediadas por IgE** son las mejor conocidas.

En las personas alérgicas (atópicas), el sistema inmunológico produce un anticuerpo, la **inmunoglobulina E** dirigido específicamente contra sustancias, en este caso alimentos, que actúan como alergenos o desencadenantes. La unión entre el alimento y las moléculas de IgE unidas a determinadas células desencadena la liberación de sustancias que provocarán la sintomatología alérgica

CLASIFICACION DE REACCIONES ADVERSAS A ALIMENTOS

Reacción adversa

Tóxicas

No Tóxicas
Hipersensibilidad

Mediadas
inmunológicamente
ALERGIA

No mediadas
inmunológicamente
INTOLERANCIA

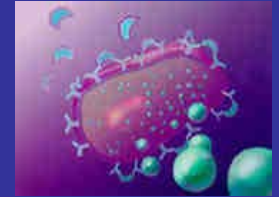
IgE

No IgE

Enzimática

Indeterminada

Farmacológica



La IgE específica para el alimento unida a los receptores de los mastocitos y de los basófilos y tras contacto con el alérgeno desencadena la liberación de los mediadores responsables de los síntomas de alergia



¿Cuáles son los síntomas de una reacción alérgica a alimentos?

La manifestación más frecuente es probablemente el síndrome de alergia oral que consiste en una sensación de picor en cavidad bucal y paladar con o sin erupción leve en la zona de alrededor de la boca.

Otros síntomas son problemas cutáneos del tipo **urticaria** (habones) y **angiodema** (hinchazón de labios, párpados, manos, etc.) o algunas **dermatitis**.

. La urticaria crónica no suele ser desencadenada por alimentos.

Los síntomas digestivos pueden manifestarse como vómitos, diarreas o rechazo marcado de un determinado alimento.

Los síntomas respiratorios son raros como presentación aislada y suelen asociarse a clínica cutánea. Pueden aparecer estornudos, rinitis aguda con mucosidad acuosa con o sin conjuntivitis y más raramente asma.

La situación respiratoria más grave se produce cuando la inflamación de la zona superior de las vías aéreas impide o dificulta la entrada del aire, constituyendo un edema de glotis. Se produce dificultad respiratoria, voz ronca y/o dificultad para tragar. Son cuadros de **ANAFILAXIA**.

Tanto este cuadro como la afectación del estado general con desmadejamiento o mareo o la asociación de varios de los cuadros descritos anteriormente necesitan consulta y tratamiento inmediato.

**El paciente
puede
presentar un
amplio
abanico de
síntomas que
van desde
síntomas
muy leves
hasta
cuadros
graves de
shock
anafiláctico**



¿Cómo se diagnostica la alergia a alimentos?

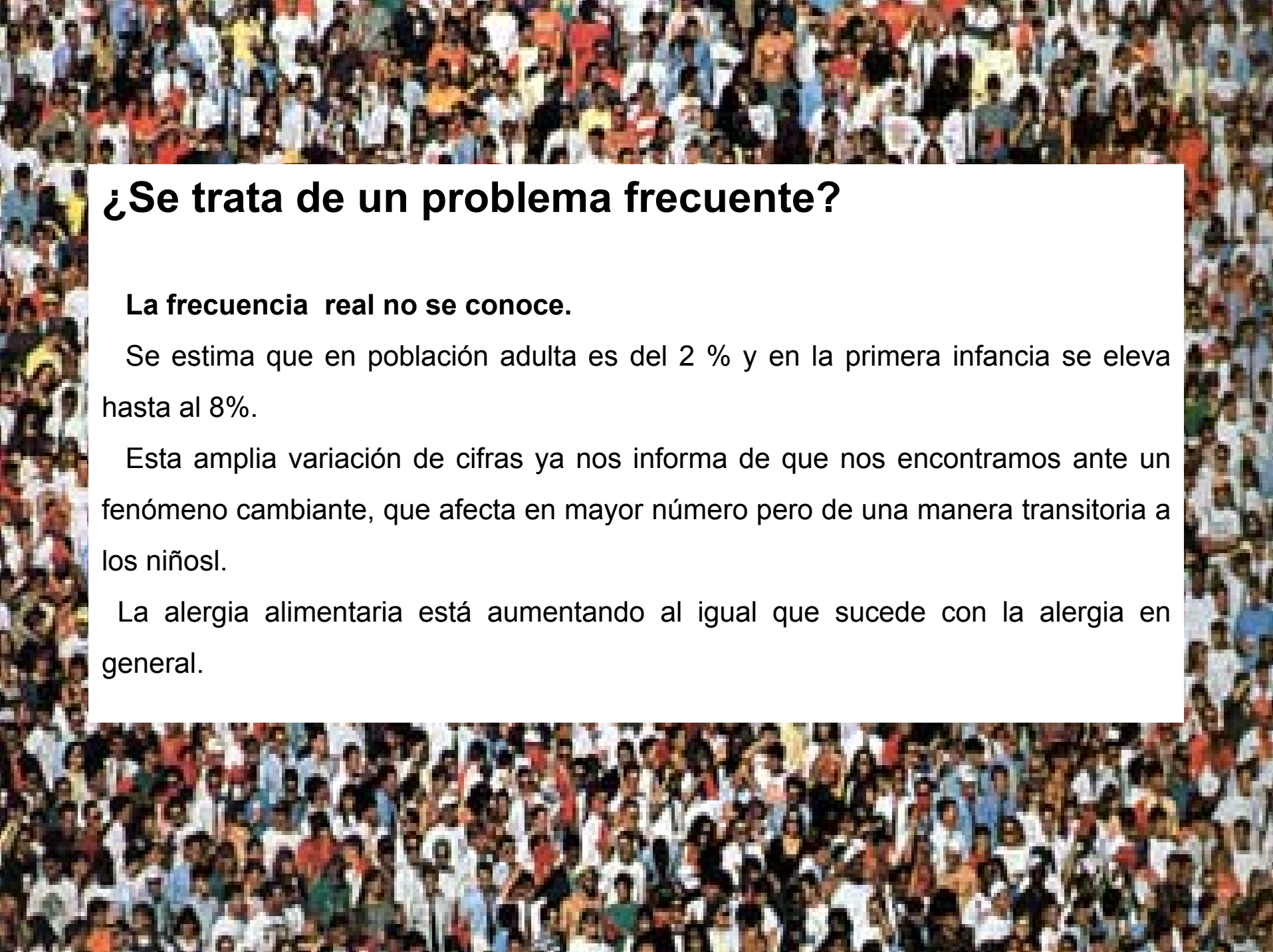
El diagnóstico de alergia a alimentos se basa en la historia clínica.

Los síntomas son los a los referidos anteriormente y la relación en el tiempo entre la ingestión del alimento y el comienzo de los síntomas debe ser **corto**. Igual o menor a una hora



Si se sospecha una alergia a alimentos se debe consultar al alergólogo que realizará una historia detallada y solicitará las pruebas diagnósticas que considere más indicadas.

Pueden consistir en pruebas **cutáneas** (en la piel), y/o **análisis** para medir la IgE y en algunos casos **pruebas de tolerancia/provocación** controladas en la consulta.



¿Se trata de un problema frecuente?

La frecuencia real no se conoce.

Se estima que en población adulta es del 2 % y en la primera infancia se eleva hasta al 8%.

Esta amplia variación de cifras ya nos informa de que nos encontramos ante un fenómeno cambiante, que afecta en mayor número pero de una manera transitoria a los niñosl.

La alergia alimentaria está aumentando al igual que sucede con la alergia en general.

¿Qué alimentos son los más alergénicos

Cualquier alimento puede provocar alergia. En la infancia los alimentos más frecuentes son la leche, el huevo, el pescado seguidos de las legumbres y los frutos secos.

En la edad adolescente este perfil va cambiando: solo excepcionalmente aparece y raramente se mantiene la alergia a leche (un 10 % de los iniciales), algo más alta pero también escasa es la presencia de alergia a huevo y más frecuentemente clínica con pescado y legumbres.

Con los años van aumentando en importancia los frutos secos, los mariscos, las frutas frescas y las especias.

Estos datos son variables según las costumbres dietéticas de cada población y son distintos entre diferentes países.

La alergia a alimentos ¿es para siempre?

En la infancia la aparición de tolerancia es casi la norma.

A partir de determinadas edades que no están bien definidas y que varían con cada alimento si persiste la alergia la aparición de tolerancia es más difícil.

La alergia a un alimento tolerado previamente puede surgir a cualquier edad. No se tienen suficientes datos sobre la evolución de la sensibilización a alimentos en la edad adulta.



¿Cuál es el tratamiento de la alergia a alimentos?

En la actualidad el único tratamiento es la **evitación** cuidadosa del o los alimentos a los que el paciente se encuentra sensibilizado incluyendo también derivados o productos que contengan cantidades pequeñas de ese alimento..

En el caso de algunos alimentos, como la leche de vaca, existen fórmulas de sustitución con idéntico valor nutritivo (hidrolizados de caseína y fórmulas de soja).

Para el resto de los alimentos la única actitud posible es la dieta. Si se trata de sensibilizaciones múltiples a alimentos básicos o habituales de nuestra dieta puede ser necesaria la orientación de un especialista en nutrición o un dietista para confeccionar menús nutritivos y prácticos..

Existen experiencias en el campo de inducción de tolerancia para alimentos pero no se considera todavía un procedimiento habitual.

Para el **control de los síntomas** se dispone de la medicación sintomática habitual (antihistamínicos, corticoides, broncodilatadores....). Su médico le indicará cual , cuanto y cuando debe utilizar.

¿Cuál es el tratamiento de la alergia a alimentos?

Los pacientes que han sufrido un cuadro grave (anafiláctico) deben estar advertidos de la necesidad de consultar a un servicio de Urgencias si inician síntomas y de la posibilidad de disponer de auto -administrador de adrenalina precargada en su domicilio. (Adrejet 0,15 y 0,3 ALK Abelló).

Deben estar entrenados en su uso y la dosis debe ser prescrita por el médico .

Su utilización no obvia la necesidad de una consulta médica inmediata a Centro de Urgencias.

Sociedades y asociaciones de alérgicos a alimentos en nuestro país

Asociación Española de Padres y Niños con Alergia a Alimentos

AEPNAA 1996

www.aepnaa.org



AEPNAA, es una entidad privada, sin ánimo de lucro, que nace como un grupo de ayuda mutua para: Ofrecer información, intercambio de experiencias, situaciones y conocimientos. Ayudar y colaborar en los problemas sociales, familiares y educativos que puedan presentarse como consecuencia de la alergia a alimentos y látex. Relacionarse con organismos y entidades tanto públicas como privadas para conseguir colaboración en la difusión del problema

INMUNITAS VERA 2002

www.fut.es/~immunita/

Associació d' Al·lèrgics

Alimentaris /Elikalte

elikalte@euskalnet.net



info@acaal.info

Un ampli fons documental, científic, contrastat, que estem assolint i està en permanent actualització. Disposaràs d'informació útil, referida a recursos sociosanitaris, novetats dietètiques,...I el més important, gaudiràs del nostre suport moral, ja que l'aportació de la teva experiència ens enriqueix a tots

Neix a Barcelona el març del 2004. Agrupa a famílies amb nenes i nenes al·lèrgiques alimentàries i/o al làtex. També comptem amb socis adults que demanen serveis i ajut pel desenvolupament de la seva activitat dia a dia. El nostre àmbit d'actuació és el territori català. És per aquest motiu que molta tasca realitzada es fa des de l'Administració catalana: Conselleries, Parlament i ICASS.

Sociedades y asociaciones de alérgicos a alimentos

The Food Allergy and Anaphylaxis Alliance
International 1999 www.foodallergyalliance.org

Miembros de la Alianza:



To unite organizations working in food allergy and anaphylaxis in order to exchange information, form partnerships, and advance key issues of importance to those with food allergy and anaphylaxis

The Food Allergy & Anaphylaxis Network
FAAN www.foodallergy.org
1991



To increase public awareness, to provide advocacy and education, and to advance research on behalf of all those affected by food allergies and anaphylaxis.

Anaphylaxis Canada www.anaphylaxis.org



Anaphylaxis Canada's mission is to inform, support, educate, and advocate for the needs of individuals and families living with anaphylaxis and to conduct and support research related to anaphylaxis

Association Québécoise des Allergies
Alimentaires
www.aqaa.qc.ca



1990

L'Association québécoise des allergies alimentaires a pour mission d'offrir du support et de l'information, de promouvoir l'éducation et la prévention et d'encourager la recherche en allergie alimentaire et en anaphylaxie

Près d'un quart de million de Québécois souffrent d'allergies alimentaires

- 6 à 8 % des enfants de moins de trois ans souffrent d'une allergie alimentaire...
- 1,5 % des écoliers montréalais de 5 à 9 ans sont allergiques à l'arachide...

Anaphylaxis Australia (formerly Food
Anaphylactic Children Training & Support
Association) FACTS www.allergyfacts.org.au
1993 anaphylaxisaustraliainc.com



To provide emotional and educational services to children diagnosed with the life-threatening condition known as food-induced anaphylaxis. To provide relevant information and services to assist members coping with anaphylaxis in everyday situations and to increase community awareness of food allergy and anaphylaxis.

The Anaphylaxis Campaign
www.Anaphylaxis.org.uk/



To advance the education and general understanding of the public concerning anaphylaxis and associated conditions; and to preserve the health of the people who suffer anaphylactic reactions by spreading knowledge and advancing research.



Food Allergy Italia
www.foodallergyitalia.org

To provide concrete support to patients and their families, to increase the sensitivity and awareness of food allergy, and to improve the quality of life for those who suffer from food allergy.

Nederlands Anafylaxis Network
<http://www.anafylaxis.net>



The Netherlands Anafylaxis Network has been founded to provide support to those coping with anaphylaxis due to food, insect stings, medicine, latex or other causes through increasing awareness of anaphylaxis, providing support and education and the stimulation of research for the benefit of those affected by anaphylaxis and all concerned

E. Alonso