

Información para reflexionar

Los expertos responden sus preguntas sobre las nuevas Indicaciones sobre alergia alimentaria

Por Hugh Sampson, MD, FAAAAI

Si bien millones de personas en Estados Unidos sufren de alergias alimentarias, hasta ahora no había recomendaciones estandarizadas para ayudar a diagnosticar y tratar a los pacientes con alergias alimentarias conocidas o potenciales.

Las recientemente publicadas [Indicaciones para diagnóstico y tratamiento de alergias alimentarias](#) son técnicas y están diseñadas para los profesionales de la medicina, pero hay mucha información útil para los pacientes también. Los más destacados expertos en alergia alimentaria se reúnen para contestar preguntas básicas.

■ **Si mi médico de cabecera lee estas Indicaciones, ¿podrá diagnosticar y tratar las alergias alimentarias?** Sí. Las Indicaciones brindan a su médico la información más reciente sobre diagnóstico y tratamiento de alergias alimentarias. Con este material, su médico tendrá una mejor comprensión de las pruebas de diagnóstico disponibles y sabrá más sobre cómo trabajar con un especialista para monitorizar y tratar sus alergias alimentarias.

■ **Con estas Indicaciones, ¿podrán los pacientes autodiagnosticarse alergias alimentarias?** No. Solamente un médico entrenado utilizando los exámenes apropiados podrá diagnosticar adecuadamente las alergias alimentarias. Además, es necesario un experto que identifique a todos los alérgenos que tienen el potencial de desencadenar una reacción de reactividad cruzada. En el caso de posibles alergias alimentarias que pongan en peligro la vida, es extremadamente importante consultar con profesionales.

■ **Las Indicaciones definen a la alergia alimentaria como “un efecto colateral de la salud que surge de una respuesta inmunológica específica que se produce repetidamente ante la exposición a determinado alimento.” ¿Qué es un efecto colateral de la salud?** Se trata de cualquier tipo de reacción alérgica a un alimento. Podría comprometer:

- la piel: ronchas, inflamación y/o eccema
- el aparato gastrointestinal: dolor abdominal, vómitos y/o diarrea
- el sistema respiratorio: congestión, tos, sibilancia, y/o dificultad para respirar
- sistema cardiovascular: baja presión arterial
- anafilaxia, en la que se comprometen varios sistemas del cuerpo

■ **¿Qué es la reactividad cruzada?** Si su sistema inmunológico sobre-reacciona ante una proteína en un grupo alimenticio en particular; también podría cruzarse y desencadenar una respuesta a un alérgeno similar encontrado en otra parte.

■ **¿Cómo se define “repetidamente”?** En el caso de la alergia alimentaria, es probable que se repita una reacción una y otra vez con cada exposición al alimento problemático. Sin embargo, los síntomas específicos podrán variar de una reacción a otra. A eso se llama “repetidamente”

■ **¿Es posible tener una alergia alimentaria sin haber comido jamás ese alimento específico?** En principio, debe estar en contacto con ese alimento específico, pero no necesariamente tiene que haberlo comido. Por ejemplo, la exposición podría producirse mediante contacto cutáneo, inhalación o en el útero (durante el embarazo).

■ **¿Es posible superar una alergia alimentaria?** Por lo general, las alergias al huevo, leche, trigo y soja se superan, si bien algunas personas continúan siendo sensibles durante su adolescencia y en los primeros años de la adultez. Distinto es el caso con los maníes, las nueces y los frutos de mar: muchas personas alérgicas a ellos no superan la enfermedad y deben eliminarlos completamente de su dieta para toda la vida.

■ **¿Existen medicamentos para prevenir las reacciones de alergia alimentaria?** La epinefrina es la primera opción para tratar la anafilaxia, y los antihistamínicos podrían bloquear una reacción menor. Pero no existen fármacos o medicamentos que eviten las reacciones graves.

■ **¿Cuándo cree que la inmunoterapia de maní y nueces estarán listas para su uso en pacientes?** Los actuales estudios son muy alentadores, pero son muy escuetos y preliminares. Creemos que llevará un mínimo de 5 años, más probablemente 10 años, antes de que estén listos para el uso general.

■ **Las Indicaciones incluyen una sección sobre “historia natural”, ¿qué significa eso?** La historia natural es lo que ocurre a la alergia con el paso del tiempo si no hay tratamiento.

