

Alergias a los alimentos en niños



¿Qué es una alergia a los alimentos?

El sistema inmunológico nos ayuda a protegernos de las infecciones identificando y atacando bacterias o virus que causan enfermedad. Cuando el sistema inmunológico responde equivocadamente a una proteína de los alimentos, puede producir inflamación y daño.

Los síntomas incluyen:

- ◆ Escasa alimentación
- ◆ Irritabilidad
- ◆ Vómitos
- ◆ Diarrea
- ◆ Deposiciones con sangre
- ◆ Problemas para tragar
- ◆ Sarpullido

¿Cuán común es la alergia a los alimentos?

Aproximadamente 6-8% de todos los niños menores de cinco años de edad son alérgicos a uno o más alimentos. La alergia a la leche de vaca afecta al 2-3% de todos los lactantes. Las reacciones más comunes son a la leche, huevos, soya, trigo, mariscos y cacahuates. Sin embargo, casi cualquier proteína de los alimentos puede causar una reacción alérgica.

¿Por qué ocurren las alergias a los alimentos?

No se entienden claramente las causas de las alergias a los alimentos, pero es más probable que un niño desarrolle alergia a los alimentos cuando otros parientes tienen asma, eccema, fiebre de heno o alergias.

Tipos de alergias a los alimentos

La alergia a los alimentos se presenta con reacciones **inmediatas** o **tardías**. Las reacciones inmediatas ocurren dentro de minutos a horas. El niño puede desarrollar urticaria, respiración sibilante, hinchazón de la cara y opresión del pecho. La reacción puede ser tan severa que el niño no puede respirar (anafilaxia). Se necesita tratamiento de emergencia. Afortunadamente, estas peligrosas reacciones son relativamente raras. Las reacciones **tardías** ocurren de horas a días después de comer el alimento ofensor. Los síntomas pueden incluir

(continuó próxima página)

INSTRUCCIONES ESPECÍFICAS :

Alergias Continuado

vómitos, dolor, diarrea, deposiciones con sangre, dificultad para tragar o escaso crecimiento. Algunos niños pueden tener urticaria o eccema. Las reacciones tardías son la forma más común de alergia a los alimentos. Si una historia cuidadosa de los síntomas y el examen físico de su niño hacen pensar en alergia a los alimentos, pueden realizarse exámenes para ayudar a entender y manejar el problema.

¿Cómo se diagnostica una alergia a los alimentos?

Los exámenes con pinchazos en la piel y los exámenes RAST (sangre) se usan para probar alimentos que podrían causar reacciones inmediatas. Un examen negativo para un alimento no siempre la descarta. Un examen positivo significa que este alimento **podría** estar involucrado, pero no significa que el niño tendrá una reacción alérgica al alimento.

Los exámenes para alergias tardías con pruebas adicionales de parches en la piel pueden usarse en ciertas condiciones de alergia intestinal. Su doctor puede hacer una endoscopia para tomar muestras del revestimiento del intestino, estómago o esófago para buscar inflamación causada por las alergias o una reacción del sistema inmunológico.

Puede intentarse una dieta de eliminación limitada (o hipoalérgica) para ver si los síntomas desaparecen cuando no se comen los alimentos que comúnmente causan alergia. Si el niño mejora con la dieta de eliminación, se agregan gradualmente los alimentos para ver si los síntomas regresan.

Muchos niños superan las alergias a los alimentos, particularmente los lactantes con alergia a la leche de vaca.

Para más información o para localizar a un gastroenterólogo pediátrico en su área por favor visite nuestro sitio web: www.gastrokids.org

RECORDATORIO IMPORTANTE: Esta información, de la Sociedad Norteamericana de Gastroenterología, Hepatología y Nutrición Pediátricas, (NASPGHAN), está pensada sólo para proporcionar información general y no como base definitiva para diagnóstico o tratamiento en ningún caso en particular. Es muy importante que Ud. consulte a su doctor sobre su condición específica.



ENLACES:

www.apfed.org

<http://www.gastro.org/patient-center/diet-medications/food-allergies-fructose-intolerance-and-lactose-intolerance>

NASPGHAN
NORTH AMERICAN SOCIETY FOR PEDIATRIC GASTROENTEROLOGY,
HEPATOLOGY AND NUTRITION

GASTROkids
Help & Hope for Children
with Digestive Disorders

APGNN
The Association of Pediatric
Gastroenterology and Nutrition Nurses