



Por un niño
sano en un
mundo mejor

Sociedad Argentina de Pediatría

MIEMBRO de la ASOCIACIÓN LATINOAMERICANA DE PEDIATRÍA y de la ASOCIACIÓN INTERNACIONAL DE PEDIATRÍA

SEMANA ARGENTINA DE LAS ALERGIAS ALIMENTARIAS:

Del 8 al 14 de junio de 2020 se conmemora la Semana Argentina de las Alergias Alimentarias. El objetivo es promover la concientización, aumentar la sospecha clínica y tomar acciones sobre su prevención y manejo adecuado.

Cuando el alimento es un problema:

Los alimentos son fuente de nutrición y placer, están arraigados a nuestras costumbres y cultura, pero para muchas personas pueden ser un problema para la salud, para el bienestar y en ocasiones pueden poner en riesgo la vida.

¿Qué debemos saber de las Alergias Alimentarias?

Son un grupo de enfermedades que han cobrado más importancia debido a su drástico **aumento en los últimos años.**

Tienen **mayor relevancia en niños**, considerándose *“la segunda oleada de la epidemia alérgica”*. **A nivel mundial**, estas enfermedades afectan a **1 de cada 12 niños.**⁴

Son **8 alérgenos** los responsables de la mayoría de las reacciones: **leche, huevo soja, trigo, frutos secos, pescado, mariscos y maní.** La **leche de vaca** y el **huevo** son los de mayor relevancia en Argentina.

Impactan **en la calidad de vida del paciente y su familia**, y en **ocasiones poniéndola en riesgo**, por lo que la posiciona como un verdadero problema de salud pública.¹⁻²

¿De qué se trata?

Se trata de una respuesta anormal del sistema inmunológico contra las proteínas de ciertos alimentos, que se repite cada vez que se ingiere el mismo.³

¿Por qué aumenta?

Factores medioambientales y estilos de vida influyen sobre la predisposición genética.

Si bien esta es una enfermedad de base genética, y tener un familiar cercano alérgico aumenta el riesgo del niño, también los nacimientos por cesárea con cambios en la microbiota, deficiencias de algunas vitaminas en la madre, uso temprano de antibióticos y falta de lactancia materna que lleva a la introducción temprana de fórmulas de leche de vaca, son factores que predisponen a su desarrollo.⁵⁻⁶

¿Cómo reconocemos a estas enfermedades?

Se pueden presentar dos grandes grupos de pacientes, los que inician sus síntomas de forma rápida, luego de la ingesta del alimento (mediados por un anticuerpo denominado IgE) y los que lo hacen tardíamente.

Las manifestaciones son variables: desde las leves, como enrojecimiento alrededor de la boca, *ronchas y/o hinchazón en labios y párpados hasta el shock anafiláctico con riesgo para la vida.*

Hay **niños** que suelen debutar con síntomas gastrointestinales, tales como **cólicos persistentes, vómitos, reflujo, diarreas y/o deposiciones con mucosidad y sangre**. La dermatitis atópica suele ser un síntoma de alergia alimentaria.

¿Cuál es la manera de tratarlas?

Su tratamiento es la exclusión del alimento involucrado. En la alergia a las proteínas de la leche de vaca, en caso de no poder sostener la lactancia, se debe reemplazar por fórmulas lácteas especiales, indicadas por el especialista según el tipo de alergia.⁸

No debe retrasarse la introducción de alimentos a los que el paciente no es alérgico.

¿Se puede prevenir?

Favorecer el parto natural y evitar antibióticos innecesarios, sobre todo los primeros meses de vida y fomentar en la madre una dieta variada y saludable sin restricción de alimentos alergénicos durante el embarazo o la lactancia, son las medidas de prevención más relevantes.⁹

La lactancia materna cumple un rol fundamental: mantenerla exclusiva los primeros 4 a 6 meses.

¿Se cura?

En general, las alergias alimentarias son una condición benigna y transitoria, pero en un porcentaje menor, el problema persiste.

Trabajar en su inclusión debe ser una prioridad

La alergia alimentaria **afecta la calidad de vida del niño y de su familia.**

Algunos niños pueden requerir dietas estrictas que generan dificultades y hostigamientos a la hora de socializar y en la escolarización, **un 20 % de las reacciones graves pueden ocurrir en la escuela**, lo que **produce ansiedad y estrés**.⁷⁻⁸⁻⁹⁻¹⁰

El trabajo en equipo entre paciente, familia, comunidad, docentes y el personal de salud es fundamental para promover un ambiente seguro y mejorar la situación de los niños con alergias alimentarias.

En el contexto de la pandemia del COVID-19 de acuerdo a la información actual no ha demostrado que la alimentaria sea un factor de riesgo.

Comité de Alergia SAP