

AL·LÈRGIA A ALIMENTS: VISIÓ DES DE L'ATENCIÓ PRIMÀRIA

Noèlia Daza Macaya

Metgessa de família

Membre del grup d'al·lèrgies de la CAMFiC

EAP Martorell rural (CAP Gelida)

REACCIONS ADVERSES ALS ALIMENTS

- Les reaccions adverses als aliments es classifiquen en:
 - 1) Tòxiques: depenen de l'aliment i es produeixen en qualsevol persona després d'haver-ho pres o a una dosi suficient del mateix.
 - 2) No tòxiques:

A. Mitjançant mecanisme no immunològic.

-enzimàtic (lipasa, lactasa, fructasa,..)

-farmacològic (per ex. histamina o cafeïna)

-indeterminat (additiu, psicògen, idiosincràsic,..)

B. Mecanisme immunològic (AL·LÈRGIES).

REACCIONS AL·LÈRGIQUES

Els al·lèrgens dels aliments són proteïnes capaces d'induir la producció d'anticossos.

Es diferencien segons el mecanisme immunològic, mediades o no per IgE. Les reaccions mediades per IgE són les més freqüents (aprox. el 60%) i les que millor es relacionen amb l'aliment, ja que les reaccions apareixen de forma immediata i la majoria dels casos associen símptomes a la pell, aparell digestiu i respiratori. També són les que tenen proves de diagnòstic suficientment validades i desenvolupades.

Al·lèrgies alimentàries més freqüents

L'al·lèrgia als aliments afecta a més de 17 milions de persones a tota Europa!

Una de les causes més freqüents d'anafilàxia són els aliments.

A Espanya els aliments implicats amb més freqüència són:

La llet de vaca, l'ou, peix, fruites secs, fruita i marisc.

AL·LÈRGIES ALIMENTÀRIES

Les al·lèrgies alimentàries són més freqüents en els primers anys de vida. La incidència real és desconeguda per la falta d'estudis epidemiològics, s'estima una prevalença en nens entre un 5-8% , més freqüent si existeixen antecedents d'atòpia personal o familiar. A l'última dècada s'ha produït un augment de la seva incidència.

En menors de 5 anys l'al·lèrgia alimentària més freqüent és l'ou. En majors de 5 anys són les proteïnes de fruites fresques i fruits secs.

PER QUÈ A VEGADES ÉS TAN DIFÍCIL EL DX??

ES POT CURAR AQUESTA AL·LÈRGIA??

- L'hipersensibilitat a aliments és comú als primers anys de vida i la major freqüència succeeix entre les 18 mesos i els 3 anys. La majoria d'aquestes al·lèrgies es perden amb el temps.
- Per tant, és una situació clínica dinàmica, amb evolució espontània a tolerància, en especial en nens i amb determinants aliments (com la llet i l'ou). En moltes ocasions els aliments poden reintroduir-se després d'un període d'evitació.

POT RECIDIVAR L'AL·LÈRGIA UNA VEGADA CURADA??

- En l'al·lèrgia al cacahuet només un 20% desenvolupen tolerància. A diferència de l'al·lèrgia a la llet i l'ou, l'al·lèrgia al cacahuet en ocasions recidiva en nens que semblen haver-se curat de la seva reactivitat. El risc de recidiva és més freqüent en aquells nens que rebutgen menjar cacahuets de forma habitual.

Per tant, els pacients haurien de portar epinefrina durant mesos després d'un resultat negatiu fins que el pacient hagi demostrat la seva tolerància a múltiples ingestions.

QUÈ IDENTIFICAR A L'ANAMNESI??

SÍMPTOMES:

- Temps d'aparició
- Gravetat
- Freqüència

REFERENT A L'ALIMENT

- Identificar l'aliment
- Presentació de l'aliment (pell, condiments)
- Quantitat ingerida
- Tolerància prèvia o posterior
- Aliment ocult o contaminat

-Reaccions creuades.

REFERENT AL PACIENT

-Edat actual i començament dels símptomes

-Circumstàncies associades.

-AP i AF atopia, asma, enfermetats associades

QUÈ ÉS LA REACTIVITAT CREUADA ENTRE AL·LERGENS?

Moltes vegades es troben respostes IgE a una varietat d'al·lergens amb els quals aparentment l'individu no ha tingut relació. Es pot reaccionar davant d'un al·lèrgic amb clínica d'al·lèrgia immediata, sense que hagi existit exposició prèvia al mateix, degut a una sensibilitat preexistent a un al·lèrgic altament homòleg → això és la reactivitat creuada.

INFLUEIX LA FREQUÈNCIA DE CONSUM?

- Els aliments que amb més freqüència produeixen reaccions al·lèrgiques són els més consumits, per tant, varien segons l'edat i les costums alimentàries en diferents àrees geogràfiques.
- Per exemple, als països nòrdics hi ha més incidència d'al·lèrgia al peix i en EEUU al cacahuet. A Canàries l'al·lèrgia al marisc és la més freqüent observada en majors de 5 anys.

DIAGNÒSTIC ÉS SENZILL??

Quantificació IgE total

Gran variabilitat en les xifres, sobretot en nens.

Influeixen en els valors altres factors, per ex. Parasitosis, època de l'any,...

Prick test

Mètode d'elecció.

Millors resultats en aliments amb proteïnes estables (llet, ou,...).

Aliments de contingut antigènic làbil pot ser preferible realitzar el prick-test amb aliment fresc (mètode prick-prick).

A vegades en lactants petits poden ser negatives.

La negativitat pràcticament exclou presentar prova provocació positiva.

Determinació IgE específiques

Rentabilitat similar o menor a proves cutànies.

Alternatives a proves cutànies si no és possible fer-les o risc elevat de reacció sistèmica.

Variabilitat en funció de la naturalesa de l'aliment i la procedència de l'extracte (en fruites fresques i vegetals sensibilitat i especificitat baixa).

MÈTODES DIAGNÒSTICS

- L'existència d'Ac específics de classe IgE, detectats per mètodes "in vivo" (prova cutània) o "in vitro" (RAST, CAP o similar) indica només l'existència d'una hipersensibilitat immediata. La seva presència davant d'un aliment determinat no sempre va parel·lela a les manifestacions clíniques.
- Poden aparèixer sensibilitats (proves cutànies i/o IgE esp altes) a múltiples aliments que poseeixen proteïnes homòlogues. És un problema clínic, moltes vegades difícil de resoldre. És difícil establir el risc de reacció que pot aparèixer amb aliments relacionats entre sí o amb aliments relacionats amb polens, làtex, ..

PROVES DE PROVOCACIÓ ORAL

- La dieta d'eliminació ha d'estar plenament justificada pels problemes que genera pel pacient i el seu entorn.
- Fer prova de provocació que confirmi que actualment l'aliment produeix símptomes.
- S'haurà de retirar l'aliment un període de temps previ a la realització de la prova (normalment entre 2 i 4 setmanes).
- Proves de provocació es realitzen només en pacients amb bon estat general, sempre en mitjà hospitalari.

PERÒ EL TRACTAMENT SERÀ FÀCIL?

- El tractament són les dietes d'eliminació. Si bé a vegades els al·lèrgics poden trobar-se en els preparats alimentaris de forma oculta. Els fabricants canvien fórmules d'ingredients i les matèries primeres dels seus productes, a això es suma la contaminació industrial, per la utilització compartida de línies de producció i per deficiència de neteja.
- És molt important educar respecte com evitar els aliments i respecte com identificar els ingredients que apareixen en les etiquetes.
- Immunoteràpia ¿?

IMPACTE DE L'AL·LÈRGIA ALIMENTÀRIA

En qualitat de vida dels pacients

- Desequilibris dietètics.
- Situació permanent d'alerta i majors nivells d'estrès i depressió.
- Cost econòmic.
- Limitacions en desenvolupament vida familiar i social.

- Risc greu de patir anafilaxia

De salut

- Atenció mèdica.
- Hospitalitzacions..
- Fàrmacs.
- Campanyes de salut pública

Socioeconòmic

- Pèrdua d'escolarització.
- Pèrdua de temps de treball.
- Recursos econòmics invertits.

EVOLUCIÓ

- L'al·lèrgia de tipus immediat tendeix a remetre abans en aquells pacients en els quals la simptomatologia comença en els primers anys de vida que quan ho fa amb posterioritat.

Influeixen en perdre reactivitat

- Grau de compliment de la dieta.
- -Tipus d'aliment sensibilitzant.

No influeixen en perdre la reactivitat

- Gravetat de la reacció inicial.
- -La positivitat de la prova cutània.
- -El grau de IgE.

ENLLAÇOS D'INTERÉS

- Societat Catalana d'Al·lèrgia i Immunologia Clínica (www.scaic.cat).
- Sociedad Española de Alergología e Inmunología Clínica (www.seaic.org).
- Immunitas Vera. Associació d'Al·lèrgics a Aliments i al Làtex de Catalunya (immunitasvera.org).
- Food Allergy Research & Education (foodallergy.org).
- Asociación Española de Padres y Niños con Alergia a Alimentos (AEPNAA). (www.aepnaa.org)
-

APLICACIONS MOBILS PER ALS PACIENTS

¿Qué puedo comer?

És una aplicació per mòvil (app) que conté informació al·lèrgica de més de 20.000 productes que inclueixen algun d'aquests ingredients: llet, ou, gluten, fruits secs, soja, peix, crustacis, api, lactosa, fructosa. Exigeix un registre per la seva consulta. Conté a la seva pantalla d'inici l'opció d'escàner, que permet llegir codi de barra d'un producte per obtenir la seva fitxa i detallar si és apte pel consum o no en funció del perfil de l'usuari.

¡Bueno para mí!

Conté més de 50.000 codis de barres de productes alimentaris distribuïts en Espanya amb més de 5000 marques. Es pot accedir sense identificar-se. S'assembla a l'anterior, però a més d'informar si el producte és recomanable o no, en funció del perfil introduït, s'aporten alternatives amb altres productes.

All I can eat

Una vegada s'entra s'ha de seleccionar les intoleràncies de les opcions que ofereix: lactosa, fructosa, histamina, gluten, sorbitol i àcid salicílic.

FACEMOVIL

Especialitzada en al·lèrgies e intoleràncies al gluten, aquesta aplicació és d'ús exclusiu per a membres de FACE(Federació d'associacions de celíacs d'Espanya). Disposa d'una guia de més de 1600 restaurants i hotels que ofereixen menús per celíacs.

RECULLS DE PRENSA