

AL·LÈRGIA A ALIMENTS

La sensibilització a un aliment sol aparèixer quan aquest s'introdueix a la dieta del nen. En el nostre entorn, els aliments implicats amb més freqüència són les proteïnes de l'ou, proteïnes de la llet, peix, fruits secs i fruites.

Les reaccions adverses a aliments es poden classificar en:

- Hipersensibilitat no al·lèrgica
- Intoxicació
- Hipersensibilitat al·lèrgica o al·lèrgia

HIPERSENSIBILITAT NO AL·LÈRGICA

Hi ha una relació entre la clínica que manifesta la persona i l'aliment, però no es pot demostrar que hi intervingui cap mecanisme immunològic. Aquesta hipersensibilitat pot ser deguda a:

- Defectes enzimàtics – *intolerància a la lactosa*
- Efectes farmacològics de substàncies que hi ha als aliments – cafeïna, tiramina
- Reaccions no definides – intolerància a additius

INTOXICACIÓ

Efecte indesitjable degut a un aliment, on tampoc intervé cap mecanisme immunològic. Deguda a toxines, que es poden trobar en l'aliment o en microorganismes contaminants.

HIPERSENSIBILITAT AL·LÈRGICA O AL·LÈRGIA

En aquest cas s'ha comprovat que hi ha un mecanisme immunològic que és el que provoca la reacció adversa a l'aliment, tant si aquesta està mediada per anticossos IgE com no.

MEDIADA PER IGE – en aquest cas la reacció és immediata, els símptomes apareixen menys de dues hores després d'haver ingerit l'aliment:

- Reaccions cutànies – urticàries
- Reaccions digestives – prurit oral, nàusees, vòmits, dolor abdominal, diarrea
- Reaccions respiratòries – rinoconjuntivitis, asma
- Anafilaxi

NO MEDIADA PER IGE – la reacció en aquest cas és deguda a immunitat cel·lular específica o a altres immunoglobulines diferents de la IgE, i és una reacció retardada, que sol ser gastrointestinal:

- Proctocolitis
- Enteropatia
- Enterocolitis
- Malaltia celíaca*

MIXTA – la reacció al·lèrgica està mediada per anticossos IgE i per immunitat cel·lular:

- Dermatitis atòpica
- Trastorns gastrointestinals eosinofílics
- Altres quadres, com còlics del lactant o estrenyiment

El tractament en qualsevol al·lèrgia alimentària és l'eliminació de l'agent causal de la dieta. Per això, aquest agent s'ha d'identificar de manera precisa, instaurant una dieta d'eliminació, i s'ha d'anar fent una reavaluació clínica, per veure si l'aliment es pot reintroduir en la dieta.

AL·LÈRGIA A L'OU

L'ou és un dels aliments que més freqüentment produeixen reaccions al·lèrgiques, que són mediades per IgE. Provoca més al·lèrgia la clara, que té més contingut proteic (ovoalbúmina, ovomucoide, ovotransferrina, lisozima) que el rovell.

Els símptomes apareixen ràpidament, als 30 minuts després de la ingesta. Primer hi ha reaccions cutànies (eritema, urticària) seguides de reaccions gastrointestinals (vòmits, diarrea) i finalment, poden haver-hi símptomes respiratoris.

Normalment, quan apareix al·lèrgia a l'ou hi ha antecedents familiars, i és freqüent que també hi hagi dermatitis atòpica.

El tractament d'aquesta al·lèrgia és l'eliminació de l'ou i de tots els aliments que en continguin de la dieta. S'ha de tenir en compte que l'ou es fa servir en molts aliments de rebosteria, cremes, gelats o salses.

AL·LÈRGIA A PROTEÏNES DE LLET DE VACA

No s'ha d'incloure aquí la intolerància a la lactosa, que és una reacció adversa deguda a un defecte enzimàtic, no és una reacció al·lèrgica.

Totes les proteïnes de la llet de vaca són potencials al·lèrgens. Aquesta al·lèrgia és molt comú en nens petits, i pot donar lloc a reaccions mediades per IgE i altres no mediades per IgE:

- Les *reaccions mediades per IgE* apareixen com a molt tard al cap de dues hores després de prendre llet, i els símptomes poden afectar la pell, faringe, tracte respiratori i sistema gastrointestinal. També pot provocar anafilaxi.
- Les *reaccions no mediades per IgE* apareixen més tard: enterocolitis al·lèrgica (vòmits, deshidratació), proctocolitis, enteropatia (vòmits, diarrea).

Normalment, els nens amb aquesta al·lèrgia tendeixen a aconseguir una tolerància natural als 2 anys. Molts nens amb al·lèrgia a les proteïnes de la llet de vaca tenen al·lèrgia a altres aliments.

Com sempre, el tractament és l'eliminació de la llet de vaca de la dieta. Per alimentar els lactants no es pot fer servir llet de cabra, ovella o altres mamífers per la seva similitud proteica, s'han de fer servir fórmules de soja, hidrolitzades o elementals.