

Tratamientos para las alergias a los alimentos

Las alergias a los alimentos son un problema frecuente, especialmente en niños.

Los alimentos frecuentes que pueden desencadenar alergias incluyen nueces, leche, huevos y mariscos. Algunas alergias en los niños (como la leche y los huevos) tienden a superarse con la edad, mientras otras (como las nueces y los mariscos) tienden a persistir en la adultez.

¿Qué tratamientos se usan para las alergias a los alimentos?

Un **alérgeno** es algo que desencadena una reacción alérgica. Actualmente, el único "tratamiento" para las alergias a los alimentos es evitar estrictamente cualquier cosa que contenga el alérgeno. En el caso de una ingesta accidental, se pueden usar medicamentos para tratar los síntomas de la alergia, que varían de leves a graves. Los síntomas leves incluyen erupción (**urticaria**), picazón, e hinchazón de los labios y la lengua. Los síntomas más graves pueden incluir dificultad para respirar, sibilancia, hinchazón de la garganta, y náuseas, vómitos o diarrea. Una reacción alérgica muy grave se llama **anafilaxia**, que puede ser potencialmente mortal y requiere atención médica inmediata.

Es importante no confundir la alergia a los alimentos con la intolerancia a los alimentos. Una verdadera alergia a los alimentos es causada por un sistema inmunitario hiperactivo que actúa sobre un alérgeno en un alimento. Por el contrario, la intolerancia a los alimentos ocurre cuando una persona tiene problemas para digerir ciertos alimentos. Esta intolerancia puede provenir de varios factores relacionados con el tubo digestivo y el cuerpo, pero no involucra al sistema inmunitario. Los síntomas de intolerancia a los alimentos pueden incluir meteorismo, gases, dolor abdominal y diarrea. Un ejemplo es la intolerancia a la lactosa.

¿Qué es la inmunoterapia?

La inmunoterapia usa pequeñas cantidades de un alérgeno para desencadenar una respuesta inmunitaria leve en el cuerpo sin provocar una reacción alérgica completa. Repetir estas exposiciones a lo largo del tiempo (varios años) le permite al cuerpo acostumbrarse al alérgeno y, de manera inevitable, producir una reacción alérgica menor. Este proceso se llama **desensibilización**. La inmunoterapia puede administrarse en el cuerpo mediante una inyección debajo de la piel (**inmunoterapia subcutánea**, frecuentemente conocida como vacunas antialérgicas) o una pastilla que se traga (**inmunoterapia oral**) o se coloca debajo de la lengua (**inmunoterapia sublingual**).

Actualmente, las inyecciones para la alergia se usan para tratar alergias estacionales y ambientales así como las alergias a las picaduras de insectos. Sin embargo, no se usan para tratar las alergias a los alimentos porque estudios anteriores demostraron un riesgo muy alto de presentar efectos secundarios graves como la anafilaxia.

Tratamientos experimentales de inmunoterapia para alergias a los alimentos

Aunque la inmunoterapia no es actualmente el tratamiento estándar para las alergias a los alimentos, es un área de investigación activa. Actualmente, se están llevando a cabo estudios sobre varios tipos de inmunoterapias para las alergias a los alimentos.

- **Inmunoterapia oral:** se ha demostrado que es bastante efectiva

Autor: Jill Jin, MD, MPH

Fuentes: Sampson HA, Shreffler WG, Yang WH, et al. Effect of varying doses of epicutaneous immunotherapy vs placebo on reaction to peanut protein exposure among patients with peanut sensitivity: a randomized clinical trial. *JAMA*. doi: 10.1001/jama.2017.16591

Jones SM, Burks AW. Food allergy. *N Engl J Med*. 2017;377(12):1168-1176.



en la producción de la desensibilización; sin embargo, el riesgo de presentar efectos secundarios es alto.

- **Inmunoterapia sublingual:** puede ser más segura que la inmunoterapia oral en cuanto a la gravedad de los efectos secundarios; sin embargo, aparentemente, el efecto del tratamiento desaparece más rápido después de que se interrumpe el tratamiento.
- **Inmunoterapia epicutánea:** se han llevado a cabo estudios recientes usando un parche cutáneo que administra alérgenos al cuerpo en lugar de una inyección debajo de la piel (**epicutánea** en vez de subcutánea). Esta técnica parece ser más segura que la inyección en cuanto al riesgo de presentar efectos secundarios graves, pero se necesitan datos a largo plazo sobre la efectividad. La edición del 21 de noviembre de 2017 de *JAMA* contiene un artículo que analiza un ensayo inicial que usa la inmunoterapia epicutánea para tratar la alergia al maní en niños.
- **Diferentes tipos de inmunoterapia subcutánea:** aunque los estudios que usan inyecciones tradicionales para la alergia mostraron demasiado riesgo, se están estudiando tipos de inmunoterapia subcutánea más nuevos, como usar pequeños fragmentos de alérgenos.

PARA OBTENER MÁS INFORMACIÓN

Asthma and Allergy Foundation of America
www.kidswithfoodallergies.org

➤ Para encontrar esta y otras Hojas para el paciente de JAMA, visite la colección Para pacientes en jamanetworkpatientpages.com.

La Hoja para el Paciente de JAMA es un servicio público de JAMA. La información y las recomendaciones que aparecen en esta hoja son adecuadas en la mayoría de los casos, pero no reemplazan el diagnóstico médico. Para obtener información específica relacionada con su afección médica personal, JAMA le sugiere que consulte a su médico. Los médicos y otros profesionales de atención médica pueden fotocopiar esta hoja con fines no comerciales para compartirla con los pacientes. Para comprar reimpresiones en grandes cantidades, llame al 312/464-0776.