



REACCIONES ADVERSAS A LA INGESTA DE ALIMENTOS - ALERGIAS, INTOLERANCIAS Y TOXIINFECCIONES ALIMENTARIAS

Nuestro organismo obtiene la energía y los nutrientes necesarios para su funcionamiento de los alimentos que ingerimos. La ingesta de alimentos, a veces, provoca **reacciones adversas**, es decir una respuesta anormal.

Tipos de reacciones adversas

- alergia alimentaria
- intolerancia alimentaria
- toxiinfección alimentaria



Alergia alimentaria

Una reacción adversa mediada por el sistema inmunológico que ocurre en ciertas personas (**alérgicos**) al ingerir determinados alimentos (**alérgenos**). En esta respuesta alérgica se desarrollan anticuerpos (**IgE**).

Se produce por alimentos en buen estado, con independencia de la cantidad de alimento.

Intolerancia alimentaria

Es aquella reacción adversa a los alimentos que no tiene un origen inmune, sino que se produce por la digestión incompleta o inadecuada de un alimento.

Tipos de intolerancia



A la lactosa



A la fructosa



Al sorbitol



A la histamina



Favismo

Toxiinfección alimentaria

Se produce como consecuencia de la ingesta de un alimento contaminado por gérmenes patógenos o por sus toxinas.

Si la enfermedad se debe:

a la ingesta de alimentos contaminados por bacterias o virus se habla de **infección**.

a la ingesta de alimentos contaminados por toxinas bacterianas se habla de **intoxicación**.

a la ingesta de parásitos, se habla de **infestación**.

Diferencias entre alergias, intolerancias y toxiinfecciones alimentarias

¿QUÉ ES UNA ALERGI ALIMENTARIA?

- Se da por un alimento en buen estado
- Ocurre independientemente de la cantidad de alimento
- Produce reacción inmunológica
- Sólo le sienta mal al paciente
- Produce síntomas digestivos y no digestivos
- Su diagnóstico se realiza por historia clínica y pruebas específicas (IgE, prick test, pruebas provocación)
- Ocurre de forma infrecuente

¿QUÉ ES UNA INTOLERANCIA?

- Se da o es producida por un alimento en buen estado
- Depende de la cantidad de alimento ingerida
- Produce reacción no inmunológica
- Sólo le sienta mal al paciente
- Produce síntomas digestivos
- Su diagnóstico se realiza por historia clínica y pruebas específicas (test de hidrógeno, test sanguíneo, test genéticos)
- Ocurre de manera frecuente

¿QUÉ ES UNA TOXIINFECCIÓN?

- Se da o es producida por un alimento en mal estado
- Depende de la cantidad ingerida
- Produce reacción no inmunológica
- Suele sentar mal a todo el que lo consuma
- Síntomas digestivos, fiebre
- Su diagnóstico se realiza por aislamiento del germen o la toxina
- Ocurre de manera frecuente