

El Recinto de Ciencias Médicas de la Universidad de Puerto Rico es un patrono con igualdad de oportunidades en el empleo. No se discrimina en contra de ningún miembro del personal universitario o en contra de aspirante a empleo por razón de raza, color, sexo, nacimiento, edad, impedimento físico o mental, origen o condición social, ni por ideas políticas o religiosas.

La Escuela Graduada de Salud Pública es la única escuela en Puerto Rico acreditada por el Consejo de Educación en Salud Pública



Contáctenos

Teléfono y fax: (787) 281-6109

Dirección electrónica:
carmen.rodriguez30@upr.edu

Dirección física:
Casa Rosada, Calle Palmetum
Jardin Botánico Sur, 1187 Calle Flamboyán
San Juan, PR 00926-1117

Dirección Postal:
PO Box 365067

Preparado en octubre, 2011 por:
Luz G. Rodríguez Otero
Dietista Interna, EPS-RCM-UPR

Revisado por :
Profesora Luz A. Ruiz

Revisado por: cmr, abril/2012

Aprobado por la Comisión Estatal de Elecciones: CEE-SA-12-9560



Universidad de Puerto Rico
Recinto de Ciencias Médicas

Centro de Desarrollo Infantil "CEDI"

Alergias alimentarias en los niños



Instituto de Deficiencias en el Desarrollo
Centro Universitario para la Excelencia
en Educación, Investigación y Servicios

¿Qué es una alergia alimentaria?

La alergia alimentaria es una respuesta del sistema inmunológico mediado por la inmunoglobulina E (IgE). Los síntomas o reacciones se dan en los primeros segundos o dentro de las primeras 2 horas luego de consumir un alimento.

¿Cuáles son los síntomas?

Los síntomas se pueden manifestar en diversas áreas: piel, sistema respiratorio, cardiovascular y gastrointestinal.

Síntomas más comunes asociados a las alergias

Manifestaciones gastrointestinales

- ◆ Dolor abdominal
- ◆ Náusea
- ◆ Vómito
- ◆ Diarrea

Manifestaciones en la piel

- ◆ Urticaria
- ◆ Inflamación en la piel
- ◆ Salpullido

Manifestaciones respiratorias

- ◆ Asma
- ◆ Tos
- ◆ Cierre de la tráquea

Al leer cuidadosamente las etiquetas de los alimentos, se puede evitar la mayoría de los factores a los que se tiene alguna sensibilidad



ADAM

Nutrición y alergias

Tu niño debe seguir una dieta donde evite una serie de alimentos asociados a las alergias. Estos alimentos son: **leche, huevo, trigo, maní, nueces, soya, pescado y crustáceos**. Estos ocho alimentos son considerados alérgenos, o los mayores causantes de alergias. Según las regulaciones de la Administración de Drogas y Alimentos, los alimentos que tengan algún contenido de éstos deben estar indicados en la etiqueta nutricional. El médico debe certificar la alergia del niño para que el profesional de nutrición diseñe el plan alimentario adecuado para él.

Pediatric Care Manual, ADA

Alimentos comunes asociados con alergias alimentarias

Sabía usted que...

- La incidencia de alergias alimentarias es más alta en los niños, 1 de cada 17 es menor de 3 años.
- Desde el año 1997 al 2002 las alergias por maní entre los niños aumentaron 2 veces.
- El Centro de Prevención y Control de Enfermedades (CDC) ha reportado que las alergias alimentarias producen 300,000 visitas ambulatorias de cuidado al médico cada año entre los niños.



Referencias

Mahan, K. & Escott-Stump, S. (2008). *Medical Nutrition Therapy for food allergy and food intolerance*. Krause's Food & Nutrition Therapy (pp. 739-763). United States: WB Saunders.

The Food Allergy and Anaphylaxis Network, www.foodallergy.org.