

Análisis de intolerancias alimentarias

Las reacciones anormales a los alimentos se clasifican en tóxicas y no tóxicas. Las reacciones no tóxicas se dividen, a su vez, en reacciones alérgicas inmunes y en reacciones no alérgicas no inmunes.

Estas últimas son las que médicamente se conocen como intolerancias alimentarias, y pueden ser el resultado de déficits enzimáticos (por ejemplo, de lactosa) o bien de la presencia de sustancias químicas o de aditivos en los alimentos.

Las reacciones alérgicas inmunes son procesos inmunológicos complejos, que pueden estar mediados tanto por anticuerpos inmunoglobulinas E (IgE) como por inmunoglobulinas G (IgG), específicas frente a los antígenos (proteínas) de los alimentos. Las reacciones mediadas por IgE son las alergias alimentaria propiamente, y aquellas mediadas por IgG se conocen como hipersensibilidad alimentaria (popularmente conocidas como intolerancias alimentarias).

Entre el 20 y el 35% de la población presenta efectos derivados de una hipersensibilidad alimentaria.

Alergia e hipersensibilidad alimentarias

Las características y diferencias de estos dos tipos de reacciones alérgicas inmunes a los alimentos son:

Alergia alimentaria

Se trata de una reacción inmune aguda y rápida, mediada por anticuerpos IgE, y con una clara relación causa-efecto. La clínica puede ser generalizada y/o localizada, y puede llegar a ser muy grave (por ejemplo, shock anafiláctico).

Hipersensibilidad alimentaria.

Se trata de una reacción inmune retardada, mediada por anticuerpos IgG, y sin una clara relación causa-efecto. La clínica es muy diversa, moderada y de tipo crónico, lo que dificulta mucho su diagnóstico.

El tracto gastrointestinal contiene la mayor superficie de tejido inmune de nuestro organismo. Por tanto, es factible presentar una reacción inmune de hipersensibilidad a los alimentos que más se ingieren, en función de la salud del tracto gastrointestinal y del sistema inmune.

Análisis IA200

El análisis **IA200** consiste en la determinación de anticuerpos IgG en suero, frente a más de 200 proteínas de alimentos.

El análisis se realiza por tecnología *microarray*, lo que posibilita hacer las determinaciones por duplicado. Ello redundará en la reproducibilidad del análisis.

Se trata, además, de una prueba directa de cuantificación de IgG específicas, y, por tanto, más objetivo que otras pruebas que valoran la modificación de la forma de los leucocitos o realizan el análisis por biorresonancia.

Indicaciones

El análisis **IA200** está indicado en aquellos pacientes que presenten alguna de las siguientes sintomatologías clínicas sin diagnóstico etiológico o/y sin mejoría con los tratamientos médicos habituales:

- **Trastornos gastrointestinales:** dolores abdominales, estreñimiento, diarrea, hinchazón abdominal, náuseas, acidez, úlceras y aftas, gastritis, colitis.
- **Procesos dermatológicos:** acné, eczema, psoriasis, picor urticaria.
- **Molestias neurológicas:** dolor de cabeza, migraña, mareo, vértigo.
- **Alteraciones respiratorias:** tos, bronquitis, asma, rinitis.
- **Afecciones psicológicas:** ansiedad, depresión, fatiga, hiperactividad.
- **Trastornos músculo-esqueléticos:** dolor, rigidez, artritis, fibromialgia.
- **Otros:** retención de líquidos y obesidad.

La eliminación de la dieta de aquellos alimentos con hipersensibilidad (niveles de IgG anormales) proporciona una notable mejoría en un alto porcentaje de pacientes.

Así pues, el análisis **IA200** es una opción importante a tener en cuenta, ante cualquiera de estas manifestaciones clínicas sin diagnóstico.

Intolerancia a alimentos (IgG)

Ovo-lácteos				
Alfa Lactoalbúmina	Caseína	Leche de búfalo	Leche de oveja	Yema de huevo
Beta Lactoglobulina	Clara de huevo	Leche de cabra	Leche de vaca	
Pescados / Mariscos				
Alaga spaghetti	Bacalao	Carpa	Merluza	Rape
Alga espirulina	Berberecho	Caviar	Mero	Rodaballo
Alga wakame	Besugo	Eglefino	Navaja	Salmón
Almeja	Bigaro	Langosta	Ostra	Sardina
Anchoa	Caballa	Lenguado	Pergebe	Sepia
Anguila	Calmar	Lubina	Pez espada	Trucha
Arenques	Camarón	Lucio	Platija	Vieiras
Atún	Cangrejo	Mejillón	Pulpo	
Frutas				
Aceituna	Fresa	Kiwi	Melón	Piña
Aguacat	Granada	Lima	Mora	Plátano
Albaricoque	Grosella negra	Limón	Naranja	Ruibarbo
Arándano	Grosella roja	Lychee	Nectarina	Sandía
Ciruela	Guayaba	Mandarina	Papaya	Toronja
Dátil	Higo	Mango	Pasas	Uva blanca / negra
Durazno	Jitomate	Manzana	Pera	Zarzamora
Frambuesa				
Cereales				
Arroz	Cuscus	Maíz	Quinoa	Trigo
Avena	Espeleta	Malta	Salvado de trigo	Trigo sarraceno
Cebada	Gliadina	Mijo	Sémola de trigo	
Centeno	Linaza	Polenta	Transglutaminasa IgG	
Hierbas / especias				
Ajo	Cilantro	Ginseng	Mostaza	Regaliz
Albhaca	Clavo	Hierbabuena	Nuéz moscada	Romero
Aloe Vera	Comino	Jengibre	Orégano	Salvia
Anis	Curry	Laurel	Ortiga	Tomillo
Azafrán	Eneldo	Lúpulo / cerveza	Perejil	Vainilla
Canela	Estragon	Manzanilla	Pimentón	
Chile rojo	Ginko biloba	Menta	Pimienta negra/blanca	
Carne				
Avestruz	Carne de res	Conejo	Pato	Pollo
Buey	Cerdo	Cordero	Pavo	Ternero
Caballo	Codorniz	Jablí	Perdiz	Venado
Cabrito				
Frutos secos				
Almendra	Chufa	Nuéz macadamia	Nuéz de Brasil	Piñones
Avellanas	Coco	Nuéz	Nuéz de la India	Pistache
Cacahuete				
Verduras / Hortalizas				
Acelga	Betabel	Col blanca (repollo)	Espinacas	Papa
Alcachofa	Broccoli	Col de bruselas	Frijol blanco	Pepino
Alcaparra	Calabaza	Col roja	Frijol rojo	Rábano
Amaranto	Camote	Coliflor	Garbanzo	Rucula
Apio	Cebolla	Ejote	Habas	Soya
Berenjena	Chícharos	Escarola	Hinojo	Yuca
Berro	Chile y pimientos	Espárragos	Nabo	Zanahoria
Varios				
Agar	Castaña	Levadura de cerveza	Nuéz de cola	Tapioca
Azúcar de gana	Champiñones	Levadura de harina	Semilla de girasol	Té negro
Cacao	Colza	Miel	Sésamo	té verde
Café				