



## Alergia al huevo

El doctor Arturo Rodolfo Domínguez Lázaro, médico especialista en Alergia, ex jefe de servicio en el Hospital Puerta de Hierro de Madrid y miembro del Consejo Asesor del Instituto de Estudios del Huevo, responde a las cuestiones más importantes en torno a este problema.



La alergia al huevo de gallina es una reacción adversa motivada por un mecanismo inmunológico que afecta principalmente a los niños. Se considera que entre el 0,5 por ciento y el 2,7 por ciento de la población infantil de entre seis meses y dos años de edad es alérgica al huevo, mientras que en la población adulta este problema afecta a menos del 0,8 por ciento. En general, la clara del huevo suele ser la responsable de los síntomas en el niño que ha tolerado previamente la yema. Éstos suelen aparecer a los pocos minutos y casi siempre antes de la hora y, a veces, aparentemente, con la primera toma, ya que puede haberse sensibilizado de forma oculta.

### SÍNTOMAS MÁS FRECUENTES

La manifestación más frecuente de la alergia es cutánea (urticaria e hinchazón), seguida de molestias digestivas (vómitos, dolor abdominal y diarrea), y de problemas respiratorios (sensación de ahogo y rinoconjuntivitis). En los casos más graves, incluso puede darse un cuadro de anafilaxia (reacción extrema que puede ocasionar la muerte).

El huevo puede estar presente en muchos alimentos procesados industrialmente, siendo unas veces fácilmente visible y otras, todo lo contrario ya que va incluido como ingrediente en gran cantidad de productos, así como

“Es recomendable no introducir el huevo en la alimentación de los niños menores de seis meses”

“Las manifestaciones más frecuentes a este tipo de alergia suelen ser cutáneas, digestivas y respiratorias”

Entre el 0,5% y el 2,7% de la población infantil de entre seis meses y dos años de edad es alérgica al huevo

“En la UE es obligatorio indicar en la etiqueta de los alimentos si éstos contienen huevo”

El huevo cocinado es menos alérgico que el crudo, debido a la eliminación de algunos componentes alérgicos y a la acción de las enzimas digestivas a través del calor”

también en vacunas virales que se preparan en tejidos del embrión del pollo (gripe, fiebre amarilla, rubéola, parotiditis), colirios, lisozina), etc. Por ello, en la UE es obligatorio indicar en la etiqueta de los alimentos si éstos contienen huevo u otros ingredientes que puedan causar reacciones adversas a personas sensibles.

### TRATAMIENTO ALERGÉNICO

El único tratamiento de la alergia alimentaria consiste en evitar su ingestión y la de aquellos alimentos que lo contengan, con una dieta de exclusión estricta. No obstante, es importante saber que el huevo cocinado es menos alérgico que el crudo, debido a la eliminación de algunos componentes alérgicos y a la acción de las enzimas digestivas y a través del calor. En cuanto a la evolución natural de la alergia, existen diversos estudios que apuntan a que tras la exclusión de este alimento, se observa la desaparición de la sensibilización en el 24 por ciento de los pacientes a los dos años, llegando al 55 por ciento a los cuatro años y al setenta por ciento

a los ocho. La prevención de la sensibilización del niño durante la lactancia frente al huevo, leche o pescado suprimiéndolos de la alimentación materna no modifica la posible aparición posterior de la alergia, sobre todo si existe una historia familiar de padecimientos alérgicos. No obstante, es recomendable no introducirlos en la dieta del niño antes de los seis meses de vida. El tratamiento farmacológico (antihistamínicos y, eventualmente, -según el cuadro clínico-, corticoides y broncodilatadores) es útil para controlar los síntomas clínicos. Asimismo, los cuadros de anafilaxia precisan el uso de adrenalina, que llegado el caso puede llevar precargada el paciente. Además debe considerarse con mucha precaución la aplicación de vacunas virales, para las que existen alternativas de vacunas (frente al sarampión, parotiditis y rubéola) obtenidas con virus atenuados no cultivados en tejidos de embrión de pollo, y también evitar aquellos medicamentos que contengan lisozima (colirios, gotas nasales, etc).

### CONSIDERACIONES ACERCA DE LA DESENSIBILIZACIÓN

La desensibilización a alimentos, es decir, la inducción de su tolerancia a través de la administración de pequeñas cantidades suministradas de dicho alimento de forma progresiva, es una práctica no establecida por no estar demostrada su eficacia, aunque hay intentos de su implantación en casos muy selectivos.

Concretamente y, en lo referente al huevo, debe tenerse en cuenta lo siguiente: en el caso de cuadros clínicos inducidos por mecanismo inmunológico (tipo IgE), no debe intentarse por riesgo de hipotensión arterial y parada cardiorrespiratoria. En el caso de sospecha de síntomas ligados al huevo u otros alimentos por intolerancia no inmunológica no puede hablarse de sensibilización y su mejoría puede deberse a un efecto placebo.

Asimismo, los niños afectados por alergia al huevo, leche, soja y cereales, mejoran espontáneamente a los dos o tres años de su diagnóstico, por lo que es necesario replantearse esta práctica. Además, durante dicho período, en el caso del huevo, el pequeño tiene garantizado el aporte de nutrientes por otras vías sustitutivas.