



**Nombre del alumno:** Viviana Moreno Aguilar.

**Nombre del profesor:** Daniela Rodríguez Martínez.

**Nombre del trabajo:** Cuadro sinóptico de alergias e intolerancias alimentarias.

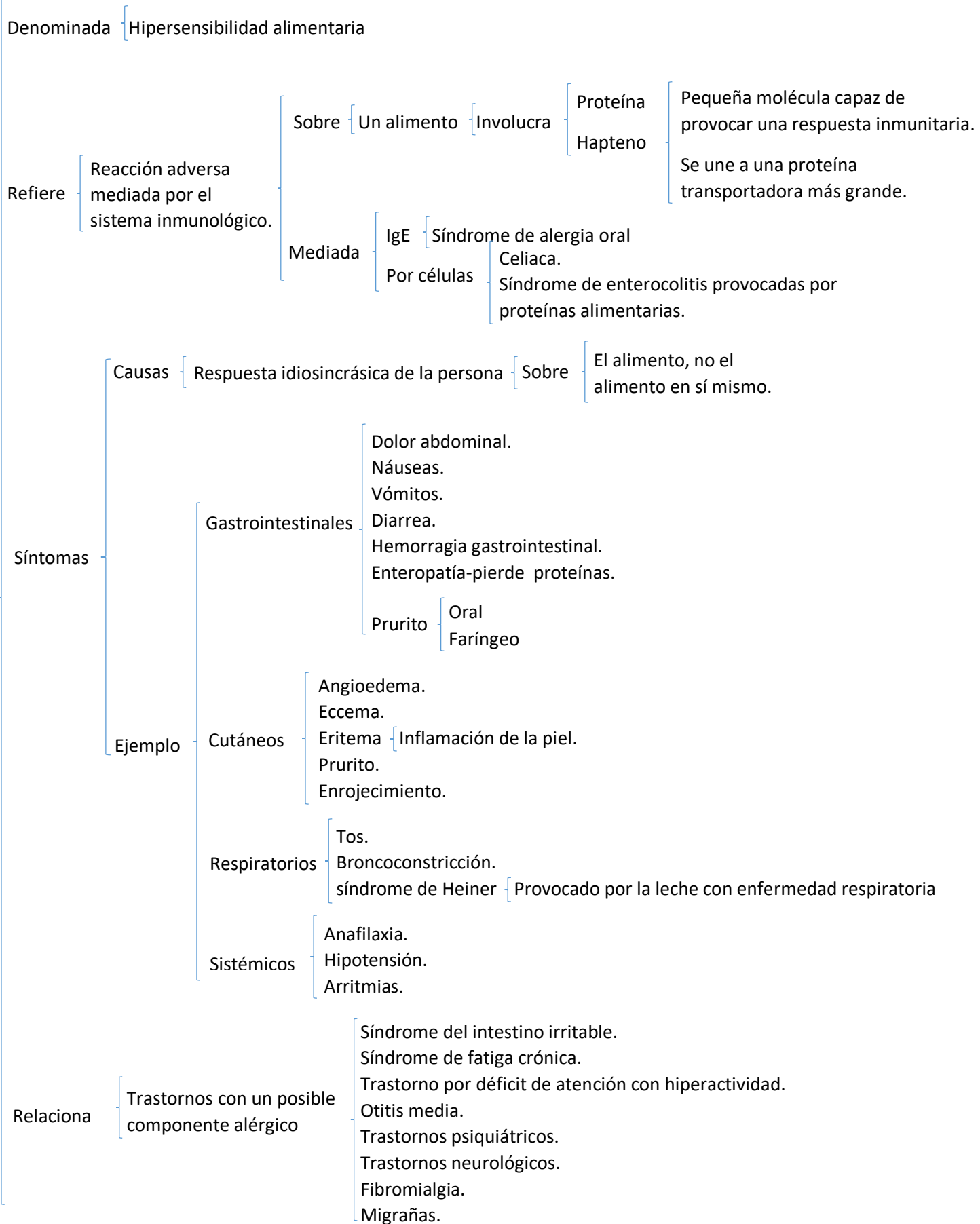
**Materia:** Nutrición en enfermedades gastrointestinales.

**Grado:** Cuarto cuatrimestre.

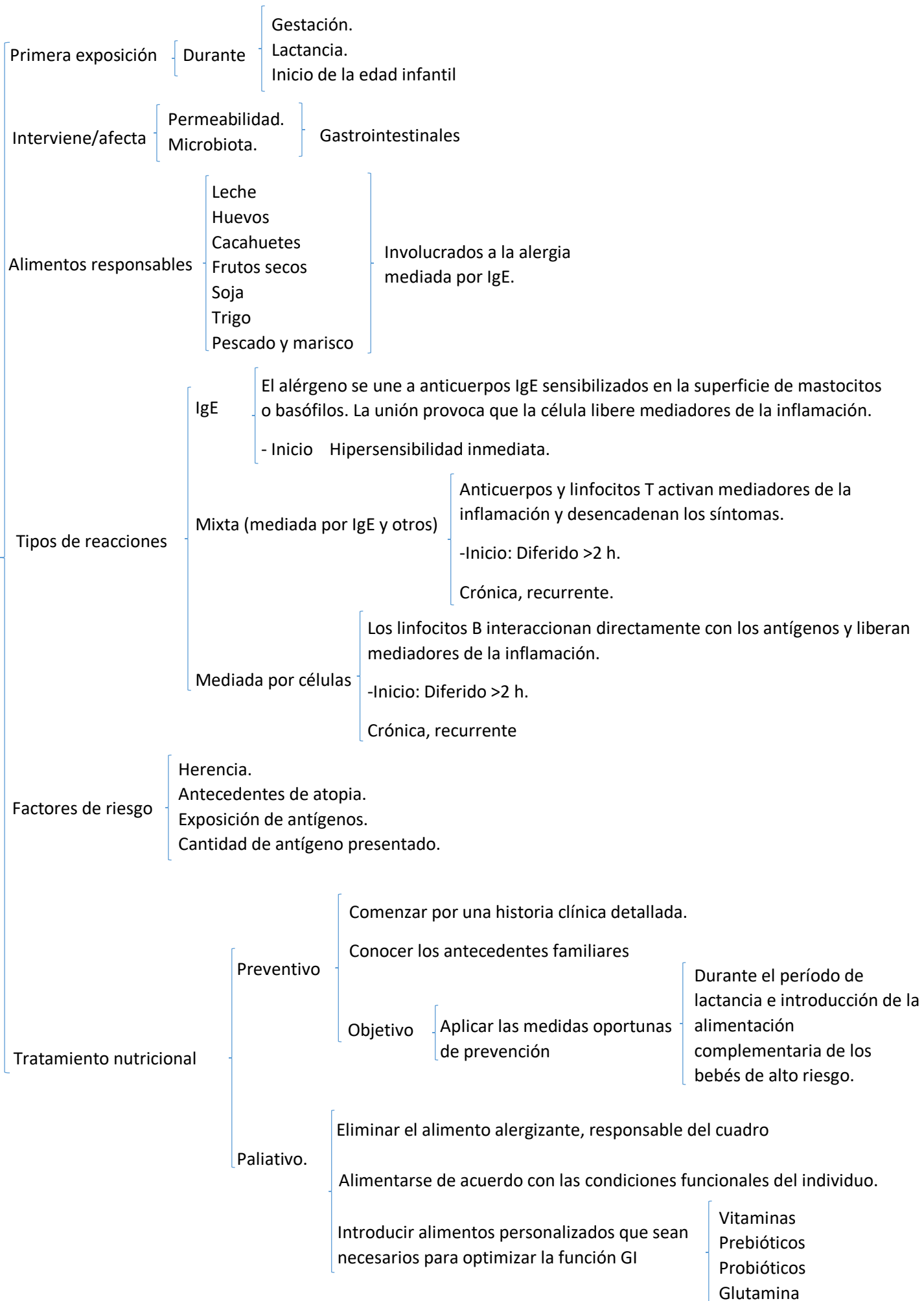
**Licenciatura:** Nutrición.

Comitán de Domínguez Chiapas a 04 de Diciembre de 2020.

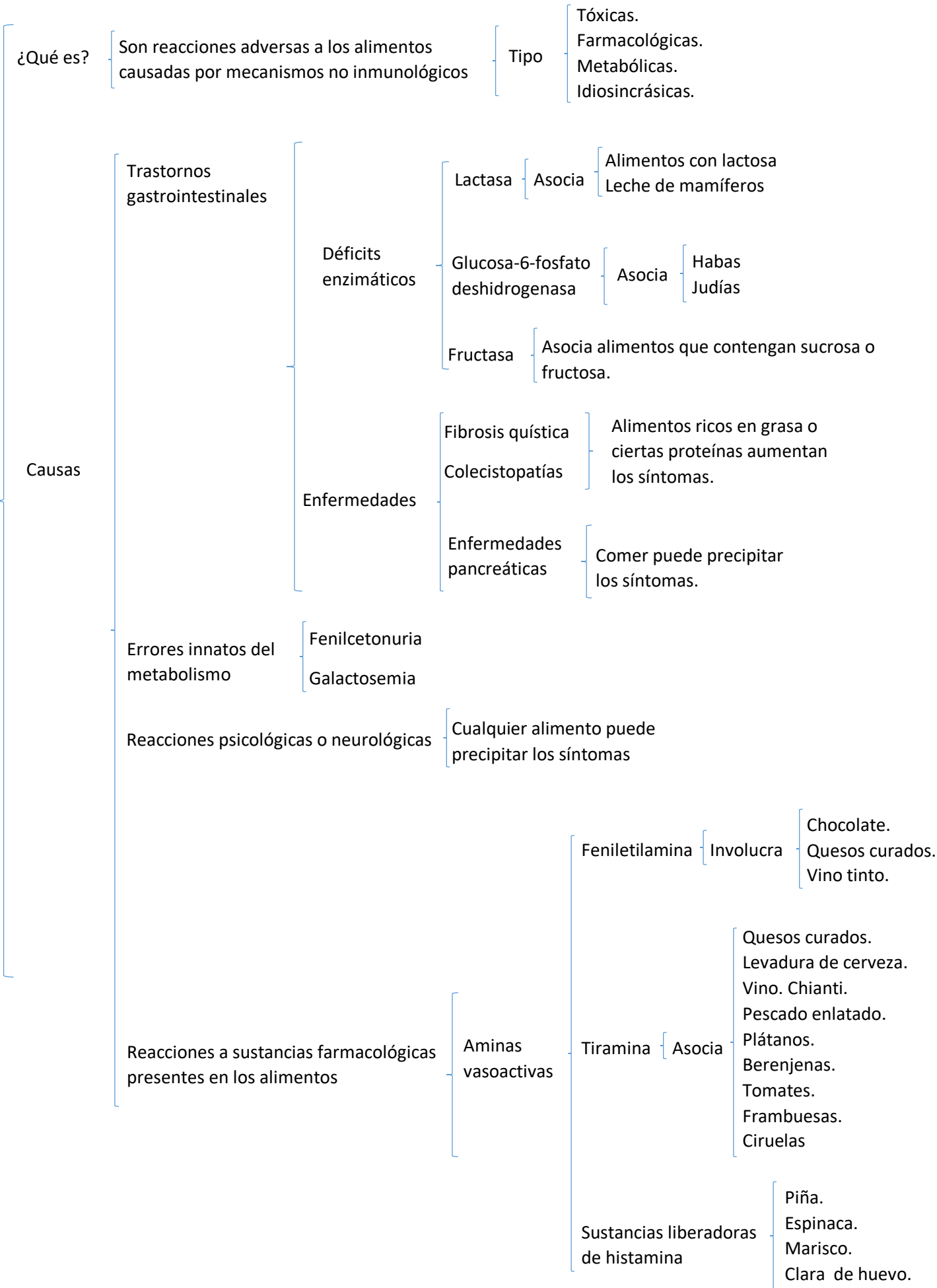
Alergia alimentaria



# Alergia alimentaria



Intolerancia alimenticia.



Intolerancia alimenticia.

Causas

Reacciones a aditivos alimentarios

Relaciona

- Bebidas.
- Refrescos
- Algunos quesos.
- Ciertas margarinas.
- Productos procesados.
- Alimentos con conservantes.
- Comida asiática.

Reacciones a contaminantes microbianos o toxinas alimentarias

- Proteus.
- Klebsiella.
- Escherichia coli.

Provocan que la histidina se degrade a una histamina.

Relacionan el pescado azul no refrigerado

- Atún.
- Bonito.
- Caballa.

Tratamiento nutricional médico.

Explorar

Patrones del crecimiento y su relación con el inicio de los síntomas.

Signos clínicos de malnutrición.

Evaluación de los depósitos

- Grasos.
- Musculares.

Diario de alimentos y síntomas

Identifica posibles insuficiencias y déficits de nutrientes.

Momento en que se ingiere el alimento.

Cantidad y el tipo de alimento.

Agrega

Todos los ingredientes.

Suplementos y medicamentos tomados antes o después del inicio de los síntomas.

Incluye

Regímenes de eliminación

Elimina alimentos (crudos, cocinados y derivados proteicos) sospechosos de la dieta durante un período habitual de 4 a 12 semanas.

Evita su consumo cuando sea necesario

- Maíz.
- Gluten.
- Chocolate.
- Sésamo.
- Café.
- Té.
- Alcohol.
- Ingredientes artificiales
- Ocho alérgenos más frecuentes.

- Leche.
- Huevo.
- Trigo.
- Pescado.
- Marisco.
- Soja.
- Cacahuets.
- Frutos secos.

Intolerancia alimentaria.

Riesgo nutricional en el tratamiento

Riesgo bajo

Cualquier alimento que pueda eliminarse fácilmente sin riesgo nutricional o con un riesgo mínimo para el paciente.

Consumo adecuado de proteínas, calorías y nutrientes.

Riesgo moderado

Cualquier alimento que se encuentre con frecuencia en las provisiones de alimentos, pero que su eliminación no limite significativamente la elección de alimentos ni las fuentes de nutrientes vitales.

Es dudoso que el consumo de proteínas, calorías y nutrientes sea adecuado.

Riesgo alto

Cualquier alimento presente en todas las provisiones de alimentos, que proporcione una fuente de nutrientes específicos que no sean fáciles de conseguir mediante los demás alimentos de una dieta normal, cuya eliminación provoca un cambio significativo del estilo de vida y de la dieta por las dificultades para evitar ese alimento y los productos que lo contengan.

Es improbable que el consumo de proteínas, calorías y nutrientes sea adecuado.

#### Bibliografía:

-Escott-Stump S, Mahan K. & Raymond J.. (2013). Tratamiento nutricional médico en las reacciones adversas a los alimentos: alergias e intolerancias alimentarias. En Krause Dietoterapia(562-586). España: Elsevier.