



**Nombre del alumno: Olaguez Ramírez Brenda Leticia**

**Nombre del profesor: Venegas Castro María de los Ángeles**

**Nombre del trabajo: Alergias alimentarias**

**Materia: Trastornos de la conducta alimentaria**

**Grado: 9° A**

**Grupo: LNU**

Comitán de Domínguez Chiapas a 08 de Junio de 2023.

# Introducción

Las alergias alimentarias son un tipo de reacción en la cual el sistema inmunológico reacciona de una manera no esperada frente a un alimento, hoy en día es más común ver a personas que padecen de estas condiciones debido a causas genéticas o por que cada vez más hay alimentos en el mercado con una gran cantidad de nuevos aditivos, colorantes y/o espesantes que nuestro cuerpo puede o no asimilar de la manera ideal.

Los síntomas de las personas que padecen alergias alimentarias varían de persona a persona, pues cada organismo reacciona de manera diferente a los alimentos, estos van desde la presencia de pequeñas ronchas o granos en la piel, hasta provocar insuficiencia respiratoria y en casos más graves puede provocar la muerte, las personas que padecen esta condición suelen evitar totalmente el alérgeno y llevar consigo su medicamento en caso de tener reacciones muy graves como la anafilaxia.

La presencia de este padecimiento en una persona puede estar relacionado con su cultura y sus costumbres pues al alimentarse de muchos productos procesados con muchos aditivos se puede desarrollar una alergia a algún alimento o a algún componente de este, por ello es importante estar atento ante las reacciones de nuestro cuerpo cuando se ingiere alguna comida.

# ALERGIAS ALIMENTARIAS

Brenda Leticia Olaguez Ramírez  
9° LNU

Trastornos de la cultura alimentaria  
Prof: María de los Ángeles Venegas Castro

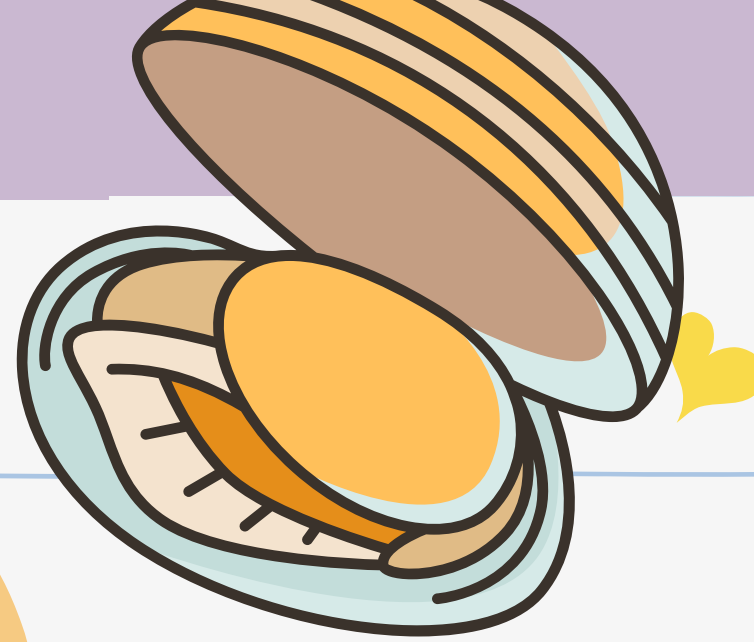


# DEFINICIÓN

La alergia alimentaria es una reacción del sistema inmunitario que ocurre poco después de haber ingerido un determinado alimento. Incluso una pequeña cantidad del alimento que causa la alergia puede ocasionar signos y síntomas, como problemas digestivos, urticaria o inflamación de las vías respiratorias.



# Alergias comunes



En pocos casos, los aditivos alimentarios, como colorantes, espesantes y conservantes, también pueden causar una alergia alimentaria

1. Huevo

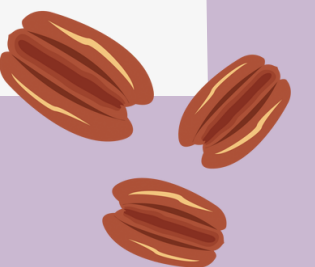
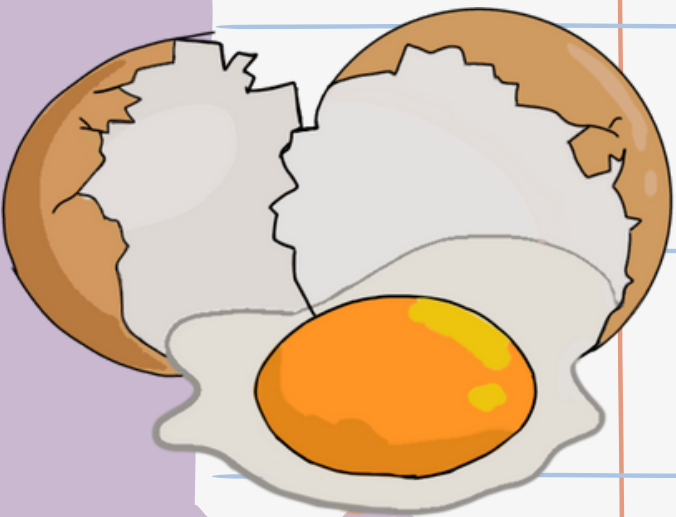
2. Soya

3. Pescados y mariscos

4. Nueces

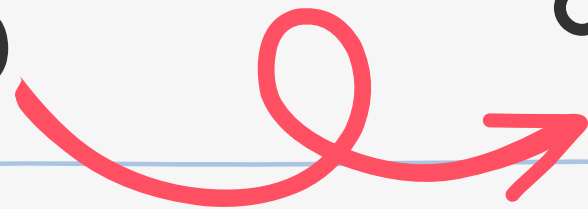
5. Cacahuates

6. Trigo





# Tratamiento



Omitir por completo que causa alergia en la alimentación

## Recomendaciones

**1.**

Leer etiquetas e ingredientes

**2.**

No comprar productos sin etiquetas

**3.**

Cuidado con productos importados

**4.**

Elaborar alimentos en casa

**5.**

Cocinar por separado

**6.**

Familiarizarse con otros nombres del alérgeno



## Causas

El denominador común de los procesos de alergia alimentaria es la existencia de una predisposición genética, una barrera gastrointestinal alterada y una mala regulación de las respuestas inmunológicas frente a los alimentos implicados.



# Consecuencias

## Anafilaxia

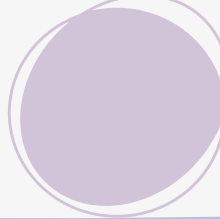
La anafilaxia es una reacción alérgica generalizada, de instauración rápida, que puede ser grave y, en algunos casos, incluso mortal.

Se caracteriza por la presencia simultánea de síntomas sugestivos de alergia que afectan a varios sistemas del organismo: piel, aparato respiratorio, tracto digestivo o sistema cardiovascular.




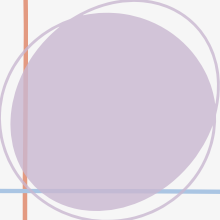


# Signos y síntomas

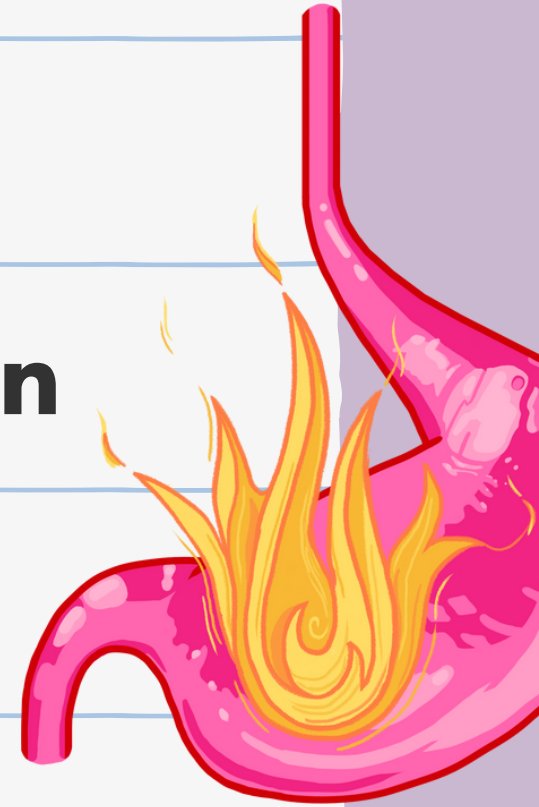
 **Dolor estomacal**

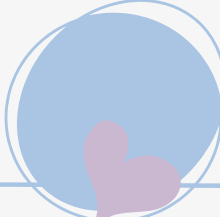
 **Vómito y diarrea**




  **Estornudos y congestión nasal**

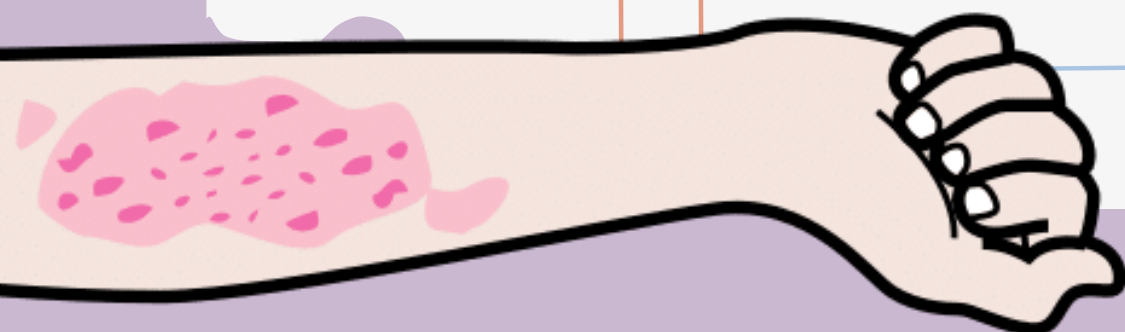
 **Picazón**



 **Ronchas**

 **Mareos y desmayos**

 **Dificultad para tragar**



# Enfoque nutricional

**Aumento en el consumo  
de alimentos con aditivos**



**Alimentación  
complementaria temprana**

# Enfoque cultural

**Aumento de productos industrializados**

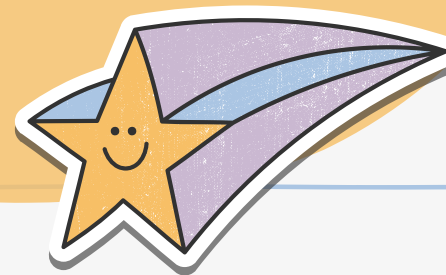
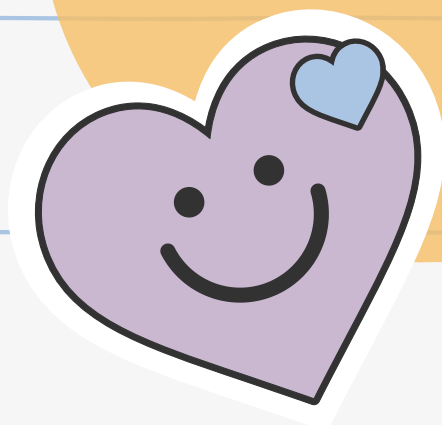


**Creencias y costumbres**

# REFERENCIAS

- UDS. (Mayo-Agosto 2023) Antología de trastornos de la cultura alimentaria; unidad II. Obtenido de <https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/biblioteca/c15ab61eb503dd4774dc3d921cad2d49.pdf>
- Revista internacional de acupuntura. (Abril 2010). Tratamiento dietético integrador de las intolerancias alimentarias y alergias a los alimentos. Elsevier. Obtenido de <https://www.elsevier.es/es-revista-revista-internacional-acupuntura-279-articulo-tratamiento-dietetico-integrador-intolerancias-alimentarias-S1887836910700284>
- Cardona, V., Álvarez, A. (S/F). La anafilaxia y el choque anafiláctico. Fundación BBVA. Obtenido de <https://www.fbbva.es/alergia/otras-enfermedades-alergicas/anafilaxia-y-choque%20anafilactico/>
- Cigna Healthcare. (S/F). Alergias alimentarias. Cigna. Obtenido de <https://www.cigna.com/es-us/knowledge-center/hw/temas-de-salud/alergias-alimentarias-te7016>
- Hirsch, L. (S/F). Alergias alimentarias. Kids Health. Obtenido de <https://kidshealth.org/es/teens/food-allergies.html>
- Goikoetxea, M. J. (S/F). Alergia alimentaria. CUN. Obtenido de <https://www.cun.es/enfermedades-tratamientos/enfermedades/alergia-alimentaria>
- Medline Plus. (S/F). Alergia alimentaria. Medline Plus. Obtenido de <https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/000817.htm>

**Muchas  
Gracias**



# Conclusiones

- La alérgica alimentaria es una reacción adversa que está mediada por mecanismos inmunológicos y no debe confundirse con la intolerancia que se debe a un déficit enzimático.
- Cada persona suele presentar síntomas diferentes a otras al momento de consumir el alimento que le causa alergia. En algunos casos los síntomas desaparecerán con el tiempo o con algún antihistamínico mientras que para otros deben usarse inyecciones de adrenalina.
- El manejo de las alergias alimentarias en la actualidad es evitar por completo el alimento y el uso de adrenalina en causa de anafilaxia.
- Las alergias alimentarias pueden provocar manifestaciones en distintos sistemas, entre los más comunes el sistema digestivo, el sistema respiratorio y el sistema tegumentario (piel).
- Los alérgenos más comunes en la actualidad son el huevo, la leche, las nueces, cacahuates y algunos espesantes, conservadores y colorantes como el rojo carmín.
- Las alergias alimentarias son un tipo de enfermedad multifactorial, pues no hay una causa específica que la provoque, puede ser genético, por alteraciones en la barrera intestinal o una mala regulación del sistema inmunológico