



CUADRO COMPARATIVO

“ALERGIA Y INTOLERANCIA ALIMENTARIA”

ALUMNO:

VICTOR ALFONSO ROBLES DÍAZ

LICENCIATURA EN NUTRICION

2do.CUATRIMESTRE ENERO-ABRIL 2025

ASESOR:

JHOANNA GUADALUPE LEAL LOPEZ

MATERIA:

TOXICOLOGIA DE LOS ALIMENTOS

FECHA:

DOMINGO 08 DE JUNIO DEL 2025

Cuadro Comparativo

Característica	Alergia Alimentaria	Intolerancia Alimentaria
Definición	Reacción del sistema inmunológico ante un alimento.	Incapacidad del sistema digestivo para procesar un alimento.
Sistema Involucrado	Inmunológico (mediado por IgE o no IgE).	Digestivo (enzimático o químico).
Tiempo de reacción	Minutos a 2 horas tras ingerir el alimento.	Horas hasta días después de consumir el alimento.
Síntomas Principales	Urticaria, hinchazón, dificultad para respirar, anafilaxia.	Distensión abdominal, gases, diarrea, náuseas, dolor.
Gravedad	Potencialmente mortal (anafilaxia).	Generalmente leve a moderada.
Alimentos Comunes	Maní, nueces, leche, huevo, mariscos, trigo.	Lactosa, gluten, fructosa, aditivos.
Diagnóstico	Pruebas cutáneas, ócre; ratina, análisis de IgE, Prueba de provocación.	Prueba de hidrógeno en alimentos, Dieta de eliminación.
Tratamiento	Antihistamínicos, evitar el alimento.	Enzimas digestivas, Dieta controlada.
Ejemplo	Anaf. laxia por maní.	Intolerancia a la lactosa.

CONCLUSION

Aunque la alergia alimentaria y la intolerancia alimentaria pueden parecer similares porque ambas se relacionan con reacciones al consumir ciertos alimentos, son condiciones muy distintas. La alergia alimentaria involucra una respuesta del sistema inmunológico que puede llegar a ser grave e incluso mortal, mientras que la intolerancia alimentaria está relacionada con el sistema digestivo y suele causar síntomas molestos, pero menos peligrosos. Conocer sus diferencias es fundamental para un diagnóstico adecuado, un tratamiento correcto y, sobre todo, para evitar riesgos a la salud.

BIBLIOGRAFIA

Alergia a los alimentos frente a intolerancia alimentaria ¿cual es la diferencia? (28 de febrero de 2024). Obtenido de <https://www.mayoclinic.org/es/diseases-conditions/food-allergy/expert-answers/food-allergy/faq-20058538#:~:text=Incluso%20cantidades%20peque%C3%B1as%20del%20alimento,y%20causa%20s%C3%ADntomas%20menos%20graves>

Alergia alimentaria . (30 de agosto de 2024). *mayo clinic* . Obtenido de <https://www.mayoclinic.org/es/diseases-conditions/food-allergy/symptoms-causes/syc-20355095>

Alergia alimetaria . (s.f). *clinica universidad de navarra* . Obtenido de <https://www.cun.es/enfermedades-tratamientos/enfermedades/alerxia-alimentaria>

Diferencias entre alergia e intolerancia. (s.f). *hospital universitario la moraleja* . Obtenido de <https://www.hospitallamoreja.es/es/actualidad/59/onoces-las-diferencias-entre-alerxia-e-intolerancia-alimentaria>