Ferrell-Duncan Clinic Allergy/Immunology

Dr. Minh-Thu Le, MD; Dr. Bill Micka, MD

1001 E. Primrose, Springfield, MO 65809

Phone: (417) 875-3742; Fax: (417) 875-3383

# **Síndrome de alergia oral (SAO)**

# **Oral Allergy Syndrome (OAS)**

Si usted padece de rinitis alérgica (fiebre de heno), su boca o garganta pueden presentar picazón luego de comer una manzana o apio. Esta reacción ocurre porque las proteínas que se encuentran en algunas frutas y verduras son muy similares a las que se encuentran en el polen. Estas proteínas pueden confundir al sistema inmunológico y causar una reacción alérgica o hacer que empeoren los síntomas existentes.

La reactividad cruzada se produce cuando el sistema inmunológico cree que una proteína está muy relacionada con otra. En el caso de la rinitis alérgica y los alimentos, el resultado se llama síndrome de alergia oral (SAO). Las reacciones más frecuentes son picazón o hinchazón de la boca, rostro, labios, lengua y garganta. Los síntomas suelen producirse inmediatamente luego de comer frutas o verduras crudas, si bien la reacción puede tardar más de una hora en producirse.

Rara vez, el SAO puede provocar una inflamación grave de la garganta o incluso una reacción sistémica, llamada anafilaxia, en una persona altamente alérgica.
El síndrome de alergia oral afecta hasta un tercio de quienes padecen de alergia y puede  producirse en cualquier momento del año. Si bien no hay una prueba definitiva para el síndrome, las personas afectadas a menudo dan positivo en la prueba cutánea de alergia o análisis de sangre para pólenes específicos, además de tener antecedentes de síntomas luego de ingerir los alimentos de los que se sospecha.

**Diferentes reacciones basadas en diferentes alergias**
En el caso del SAO, las personas reaccionan ante los diferentes alimentos según el tipo de alergias estacionales que los afectan. Por ejemplo, si usted es alérgico al polen del abedul, un alérgeno primario aerotransportado causante de síntomas en primavera, podrá tener reacciones desencadenadas por duraznos, peras, kiwis, ciruelas, cilantros, hinojos, perejil, apios, cerezas y zanahorias. Del mismo modo, quienes padecen de alergias al pasto pueden tener reacciones ante los duraznos, apios, tomates, melones, (melón, sandía y melón dulce) y naranjas. Quienes tienen reacciones a la ambrosía pueden tener síntomas cuando comen alimentos como bananas, pepinos, melones y calabacines. La reactividad cruzada (no el SAO) puede producirse entre alergias al látex y productos alimenticios como bananas, aguacates, kiwi, nueces y papaya.

**Tratamiento de sus síntomas**
Si tiene síntomas de SAO, evite comer esos alimentos, en especial durante la temporada de alergias. Si tiene alergia al látex, controle los alimentos que podrían estar causando la reacción cruzada.

Otra manera de reducir las reacciones cruzadas con el alimento es cocinarlos o recalentarlos en el microondas. Las comidas enlatadas también reducen las reacciones. También puede ser recomendable pelar la comida antes de comer ya que la proteína que produce la alergia está a menudo en la piel de los alimentos.