

Alergias a los frutos secos y al maní

por Natalie J. Dahl, M.S., CCC-SLP



Las alergias a las nueces son el tipo más común de alergia en los niños; El 0,6% de los niños estadounidenses se ven afectados. Aunque son los más comunes, pueden ser muy graves y causar la muerte y / o casi la muerte. Muchas alergias se desaparecen con la

edad o las circunstancias, pero las alergias al maní suelen durar toda la vida. Una vez adquiridos; menos del 20% de las personas los superan. A menudo hay confusión entre cacahuetes y nueces de árbol; los cacahuetes son legumbres, no nueces. Una leguminosa es parte de un gran grupo de plantas, como guisantes y frijoles, con vainas de frutas que se dividen en dos partes. Una nuez es una fruta seca o una semilla con un firme núcleo interno y una cáscara dura. Entre el veinticinco y el cuarenta por ciento de las personas alérgicas al maní son también es alérgico a al menos una nuez de árbol, por lo que las alergias a menudo se "agrupan" juntas.



Las alergias al maní y a las nueces de árbol pueden poner en peligro la vida y requieren un diagnóstico preciso por parte de un alergólogo. Durante la evaluación diagnóstica, el alergólogo tomará un historial médico y preguntará sobre reacciones alérgicas previas y antecedentes familiares de alergias. Se pueden realizar pruebas cutáneas, análisis de

sangre o pruebas de alimentos orales para ver si hay inmunoglobulina E presente. La inmunoglobulina E es un anticuerpo que se une a los alérgenos y libera las sustancias químicas en el cuerpo que causan los síntomas de una reacción alérgica.

Quando un niño con alergia a las nueces ingiere nueces o ingredientes de nueces, su cuerpo reacciona liberando una sustancia química llamada "Histamina". Esta sustancia química puede causar algunos o todos los siguientes síntomas (estos variarán de una reacción a otra):



- dolor abdominal y / o calambres



- anafilaxia

- ansiedad

- toser

- Diarrea



- dificultad para tragar

- mareos o desmayos

- caída de la presión arterial

- urticaria

- ronquera



- ojos hinchados, llorosos o con picazón

- náuseas

- dificultad para respirar

- estornudos

- dolor de estómago

- hinchazón

- opresión en la garganta



- dificultad para respirar

- vómitos

- sibilancias



Handy Handouts®

Folletos educativos gratuitos para maestros y padres
(cont.)

La anafilaxia es la más grave de estas reacciones, pero es menos común. Esta es una reacción potencialmente mortal que dificulta la respiración y puede provocar un shock en el cuerpo. Si un niño entra en shock anafiláctico, se le debe administrar epinefrina (adrenalina) tan pronto como se desarrollen síntomas graves.



Para un niño que tiene alergia a las nueces, es fundamental que evite estrictamente el maní y / o las nueces de árbol en todas sus formas, incluidas las nueces, productos o cualquier cosa que contenga trazas de ingredientes de frutos secos. Otros pasos a seguir para controlar las alergias a las nueces de un niño incluyen: medicación con (o cerca) del niño en todo momento, tomando su medicación (o yendo a una sala de emergencias) a la primera señal de una reacción y llevar un identificador médico de emergencia, como un brazalete o un parche en una mochila.



Recursos:

"Living with Food Allergies," accessed September 19, 2018, <http://www.kidswithfoodallergies.org/page/peanut-allergy.aspx>

"Nut and Peanut Allergy," accessed September 19, 2018, <https://kidshealth.org/en/parents/nut-peanut-allergy.html?WT.ac=ctg#catfeeding>

"Peanut Allergy," accessed September 19, 2018, <http://www.kidswithfoodallergies.org/page/peanut-allergy.aspx>

"Tree Nut Allergy," accessed October 17, 2018, <https://acaai.org/allergies/types/food-allergies/types-food-allergy/tree-nut-allergy>

Más Handy Handouts® GRATIS, visite www.handyhandouts.com