

Eczema y alergias alimentarias

¿QUÉ ES UN ECZEMA?

El eczema es un problema de la piel muy común y crónico.

El eczema es un problema de la piel muy común y crónico. La piel se enrojece, pica y tiene resequedad. El eczema está relacionado con problemas de barrera cutánea e inflamación. Aún con tratamiento, el eczema atraviesa períodos en que se empeora y luego mejora. Puede ser difícil hallar los desencadenantes del eczema. Las familias a veces se preocupan que las alergias alimentarias puedan ser la causa del eczema de su hijo.

¿QUÉ ES UNA ALERGIA ALIMENTARIA?

Una alergia alimentaria es una respuesta inmune anormal a cierto alimento.

La reacción alérgica puede suceder la primera o segunda vez que el niño consume el alimento. Algunas señales de alergia alimentaria son urticaria, enrojecimiento facial, diarrea, vómito, dolor estomacal, dificultad para respirar y/o hinchazón de los labios y cara. Esto puede suceder en cuestión de minutos a unas cuantas horas después de consumir el alimento.

¿CUÁLES SON LOS ALIMENTOS MÁS COMUNES QUE CAUSAN ALERGIAS ALIMENTARIAS?

- » Leche
- » Maní
- » Nueces
- » Huevos
- » Soya
- » Trigo
- » Mariscos
- » Pescado

¿CÓMO SE RELACIONAN LAS ALERGIAS ALIMENTARIAS CON EL ECZEMA?

Las alergias alimentarias son más comunes en niños con eczema. Cuanto más severo sea el eczema, hay más probabilidad de que el niño las padezca. Aunque los niños con eczema pueden tener alergias alimentarias, éstas no *causan* el eczema.

Hay otras alergias (tales como alergias ambientales y asma alérgica) que son más comunes en personas con eczema, pero esas alergias tampoco causan el eczema.

¿CÓMO PUEDO SABER SI MI HIJO TIENE UNA ALERGIA ALIMENTARIA?

El sarpullido que acompaña las reacciones de alergia alimentaria por lo general se describe como una urticaria: parches rojos, redondos y en forma de anillos en la piel, que pueden ser planos o con protuberancias, generalmente con picazón, y que suceden en cuestión de pocos minutos a unas cuantas horas después de ingerir el alimento.

Los niños pueden desarrollar sarpullido por alimentos que tocan su piel, aunque ese sarpullido tiende a ser una irritación y no una alergia.

¿DEBERÁ MI HIJO CON ECZEMA SER EVALUADO POR ALERGIAS ALIMENTARIAS?

Debe conversar con su dermatólogo sobre esto. Las pruebas por alergia alimentaria no deberían realizarse si su hijo no ha tenido ninguna reacción después de ingerir un alimento. Las pruebas por alergia alimentaria podrían hallar "falsos positivos", que significa que su hijo podría ser identificado con una alergia alimentaria, cuando en realidad no la tiene. Si está preocupado de que su hijo tenga una alergia alimentaria, usted debe consultar a un alergólogo, quien le puede explicar esto en mayor detalle y hablarle acerca de cualquier prueba por alergia que se pueda requerir.

¿DEBERÁ UN NIÑO CON ECZEMA O UNA MADRE LACTANTE EVITAR CIERTOS ALIMENTOS?

En general, no. Los infantes o niños que padecen eczema no deben ponerse en dietas especiales. Cuando los niños no comen lo suficiente, podría generar problemas nutricionales y de crecimiento. Sin embargo, si un niño es diagnosticado con una alergia alimentaria, no deberá comer ese alimento. El hecho de no darle a su niño los alérgenos alimentarios más comunes (como huevos, maní y leche) no curará el eczema.

Si usted está embarazada o amamantando a su bebé, evitar la leche de vaca, trigo o huevos no impedirá que el infante padezca eczema o alergias alimentarias.

Excepción: Los infantes no deben comer miel de abejas por motivos ajenos al eczema.

¿CUÁNDO LE PUEDO DAR ALIMENTOS SÓLIDOS A MI BEBÉ CON ECZEMA?

Hable con su pediatra o con su médico de cabecera sobre la introducción segura a los alimentos. Comer alimentos alergénicos a una edad más temprana ayuda a bajar la posibilidad de desarrollar alergias alimentarias.

Los infantes con eczema leve a moderado pueden comer maní (mantequilla de maní) y otros alimentos de alto riesgo a partir de los 6 meses de edad. Los infantes con eczema severa tal vez necesiten realizar pruebas por alergia al maní antes de tratar de ingerir productos de maní por primera vez. Si no son alérgicos al maní, pueden empezar a comer estos alimentos a partir de los 4 a 6 meses de edad.

Los infantes con eczema severa pueden tratar de comer otros alimentos de alto riesgo a partir de los 4 a 6 meses de edad sin pruebas por alergia.

LAS PRUEBAS POR ALERGIA ALIMENTARIA PUEDEN INCLUIR:

- 1. Pruebas cutáneas por punción:** los alimentos sospechosos son "pinchados" en la piel. Las pruebas positivas muestran una roncha dentro de los 15 minutos de la punción.
- 2. Exámenes de sangre:** anticuerpos IgE a los alimentos
- 3. Prueba de provocación oral con alimentos:** un niño ingiere un alérgeno del alimento sospechoso mientras es vigilado cuidadosamente por un médico.



The Society for Pediatric Dermatology
8365 Keystone Crossing, Suite 107
Indianapolis, IN 46240
(317) 202-0224
www.pedsderm.net

Miembros Colaboradores de la SPD:
Leah Lator, MD
Patricia Todd, MD

Revisoras del Comité:
Irene Lara-Corrales, MD
Erin Mathes, MD

Revisora Experta:
Vy Kim, MD

Revisores de la Traducción en Español:
Esteban Fernandez-Faith, MD
Irene Lara-Corrales, MD

Society for Pediatric Dermatology y Wiley Publishing no se responsabilizan de cualesquier errores ni consecuencias que surjan del uso de la información contenida en este folleto. El folleto fue publicado originalmente en *Pediatric Dermatology*; Vol. 37, No. 6 (2020).

© 2020 The Society for Pediatric Dermatology