

ESTUDIO DE INTOLERANCIA ALIMENTARIA



INFORMACIÓN DEL PACIENTE

Nombre: MARTA
Apellidos: PRUEBA PRUEBA
Sexo: MUJER Fecha de nacimiento: 30/07/1977
Dirección: GCBXGJNXNDC
 XCXV - FALSET

Nº muestra: c1a200
Nº historia clínica: VCXB
Centro extracciones: PRUEBAS INFORMATICAS
Doctor:
Nº colegiado:

Dirección Laboratorio: Dr. Josep Ignasi Homos
Validación informática: MCD

ESTUDIO DE INTOLERANCIA ALIMENTARIA

A diferencia de la alergia clásica mediada por Inmunoglobulinas E (IgE), la hipersensibilidad alimentaria mediada por Inmunoglobulinas G (IgG), popularmente conocida como intolerancia alimentaria, es una reacción inmune retardada y sin una clara relación causa-efecto. La sintomatología que presenta es muy diversa, generalmente moderada y crónica, lo que dificulta su diagnóstico.

Las alergias alimentarias mediadas por IgE han sido ampliamente estudiadas desde hace tiempo. Sin embargo, las hipersensibilidades alimentarias mediadas por IgG son menos conocidas y al ser sus manifestaciones clínicas más tardías y menos evidentes que en las alergias IgE, no se diagnostican o se confunden con otras patologías. Por este motivo, es frecuente que un gran número de personas convivan con este tipo de hipersensibilidades y con todas sus consecuencias patológicas.

A200 es un test de hipersensibilidad alimentaria que, mediante un análisis de sangre, determina la presencia y niveles de IgG específicas frente a más de 200 proteínas de alimentos presentes en la dieta mediterránea. Se trata de una herramienta de diagnóstico muy útil para todas las alergias alimentarias tipo III (hipersensibilidad alimentaria mediada por IgG) en las que se forman inmunocomplejos entre componentes de los alimentos y las IgG.

Entre el 20 y el 35 % de la población sufre, en sus diferentes manifestaciones clínicas, los efectos derivados de la sensibilidad a distintos alimentos.

Está científicamente demostrado que la supresión de la dieta de aquellos alimentos para los que se presentan niveles de IgG específica por encima de la normalidad, proporciona una notable mejoría en un alto porcentaje de personas que presentan, entre otras, alguna de las siguientes sintomatologías:

APARATO RESPIRATORIO	APARATO DIGESTIVO	ARTICULACIONES	DERMATOLOGÍA	MANIFESTACIONES GENERALES
Tos Bronquitis Asma	Acidez Úlceras y aftas en la boca Gastritis Dolores o hinchazón abdominal Estreñimiento Diarrea Náuseas	Dolor Rigidez	Acné Eczemas Psoriasis Sarpullidos Urticaria Picor	Jaquecas Fatiga Depresión Retención de líquidos

TECNOLOGÍA EMPLEADA

El test A200 se realiza mediante tecnología de "microarray". LABCO colaboró con una importante empresa de biotecnología en el desarrollo y aplicación de este tipo de tecnología al análisis de la hipersensibilidad alimentaria. Hasta la fecha, no existe otro procedimiento tan avanzado en todo el mercado, lo que nos ha permitido aumentar de 100 a más de 200 el número de alimentos analizados. Además, con el fin de obtener la máxima fiabilidad en el análisis, las determinaciones de todos los alimentos se realizan por duplicado.

MUESTRA	NOMBRE	PETICIÓN	FECHA REGISTRO	FECHA IMPRESIÓN
c1a200	PRUEBA PRUEBA, MARTA		26/05/2017 9:11:51	31/05/2017 14:13:00

INTERPRETACIÓN DEL RESULTADO

El ensayo ha sido realizado frente a más de 200 alimentos de la dieta mediterránea. Estos están señalizados en diferentes colores de acuerdo con la respuesta obtenida:



ALIMENTOS PERMITIDOS

Los marcados en color verde, cuya reactividad frente al alimento ha sido nula, por lo que podrá consumirlos de forma habitual.



ALIMENTOS NO RECOMENDADOS

Los marcados en color amarillo, cuya reactividad frente al alimento ha sido baja. Si el paciente consume de forma habitual y abundante este tipo de alimentos, puede existir una probabilidad incrementada de presentar sintomatología relacionada con una hipersensibilidad alimentaria. Por ello, se aconseja incluir este tipo de alimentos en una dieta rotatoria, así como insistir en la necesidad de masticar adecuadamente para optimizar la digestión.



ALIMENTOS A EVITAR

Los marcados en color naranja, cuya reactividad frente al alimento ha sido media. Existe una probabilidad elevada de presentar sintomatología relacionada con una hipersensibilidad alimentaria si el paciente continúa consumiendo estos alimentos de forma habitual y abundante. Por ello, se aconseja excluirllos de la dieta durante un periodo de tiempo prolongado (mínimo 3 meses).



ALIMENTOS NO PERMITIDOS

Los marcados en color rojo, cuya reactividad frente al alimento ha sido alta. Existe una probabilidad elevada de presentar sintomatología relacionada con una hipersensibilidad alimentaria si el paciente continúa consumiendo estos alimentos de forma habitual y abundante. Por ello, se aconseja excluirllos de la dieta durante un periodo de tiempo prolongado (mínimo 3 meses).

Nota: En los casos en los que se observe un deterioro de la función de la barrera de la mucosa intestinal, la probabilidad de inmunización y de sintomatología sería todavía más elevada. En estos casos, el análisis de la permeabilidad intestinal puede ser de utilidad.

MUESTRA	NOMBRE	PETICIÓN	FECHA REGISTRO	FECHA IMPRESIÓN
c1a200	PRUEBA PRUEBA, MARTA		26/05/2017 9:11:51	31/05/2017 14:13:00



VERDURAS Y HORTALIZAS

- ✓ Acelga
- ✓ Alcachofa
- ✓ Apio
- ✓ Boniato
- ✓ Berenjena
- ✓ Berro
- ⚠ Brócoli
- ⚠ Calabacín
- ⚠ Calabaza
- ⚠ Cebolla
- ⚠ Champiñón
- ⚠ Col roja (lombarda)
- ⚠ Coles de bruselas
- ✓ Coliflor
- ⚠ Escarola
- ⚠ Escalonia
- ✓ Espárragos
- ⚠ Espinacas
- ✓ Judía verde
- ⚠ Lechuga
- ✓ Nabo
- ✓ Patata
- ⚠ Pepino
- ⚠ Pimiento
- ⚠ Puerro
- ⚠ Rábano
- ✓ Remolacha
- ✓ Repollo/col
- ✓ Rúcula
- ✓ Tomate
- ✓ Zanahoria



LEGUMBRES

- ✓ Garbanzos
- ✓ Guisantes
- ✓ Habas
- ✓ Judía blanca
- ✓ Judía roja
- ✓ Lentejas
- ⚠ Soja (judía de soja)



LACTEOS Y EQUIVALENTES

- ⚠ Alfa lactoalbúmina
- ⚠ Beta lactoglobulina
- ⚠ Caseína
- ✓ Clara de huevo
- ✓ Leche de búfala
- ⚠ Leche de cabra
- ✓ Leche de oveja
- ⚠ Leche de vaca
- ⚠ Yema de huevo

✓ ALIMENTOS PERMITIDOS

⚠ ALIMENTOS NO RECOMENDADOS

⚠ ALIMENTOS A EVITAR

⚠ ALIMENTOS NO PERMITIDOS

MUESTRA	NOMBRE	PETICIÓN	FECHA REGISTRO	FECHA IMPRESIÓN
c1a200	PRUEBA PRUEBA, MARTA		26/05/2017 9:11:51	31/05/2017 14:13:00



PESCADOS

- ✓ Almeja
- ✓ Anchoa
- ✓ Anguila
- ✓ Arenques
- ✓ Atún
- ✓ Bacalao
- ✓ Berberecho
- ✓ Caballa
- ✓ Calamar
- ✓ Cangrejo
- ✓ Caracolas
- ✓ Carpa
- ⚠️ 2 Caviar
- ⚠️ 3 Dorada
- ✓ Gamba/camarón
- ✓ Langosta
- ✓ Lenguado
- ✓ Lubina
- ✓ Lucio
- ✓ Mejillón
- ✓ Merluza
- ✓ Mero
- ✓ Navaja
- ✓ Ostra
- ✓ Percebe
- ✓ Pez espada
- ✓ Platija

- ✓ Pulpo
- ✓ Rape
- ✓ Rodaballo
- ✓ Salmón
- ✓ Sardina
- ✓ Sepia
- ✓ Trucha



CARNES

- ✓ Carne de avestruz
- ✓ Carne de buey
- ✓ Carne de caballo
- ✓ Carne de cabrito
- ✓ Carne de cerdo
- ✓ Carne de codorniz
- ✓ Carne de conejo
- ✓ Carne de cordero
- ✓ Carne de jabalí
- ✓ Carne de pavo
- ✓ Carne de perdiz
- ✓ Carne de pato
- ✓ Carne de pollo
- ✓ Carne de ternera
- ✓ Carne de venado

✓ ALIMENTOS PERMITIDOS

⚠️ 1 ALIMENTOS NO RECOMENDADOS

⚠️ 2 ALIMENTOS A EVITAR

⚠️ 3 ALIMENTOS NO PERMITIDOS

MUESTRA	NOMBRE	PETICIÓN	FECHA REGISTRO	FECHA IMPRESIÓN
c1a200	PRUEBA PRUEBA, MARTA		26/05/2017 9:11:51	31/05/2017 14:13:00



FRUTAS

- ✓ Aguacate
- ✓ Albaricoque
- ⚠️ 3 Algarroba
- ✓ Arándano
- ⚠️ 3 Cereza
- ✓ Ciruela
- ✓ Chufa
- ✓ Coco
- ⚠️ 3 Dátil
- ✓ Frambuesa
- ✓ Fresa
- ✓ Granada
- ✓ Grosella negra
- ✓ Grosella roja
- ✓ Guayaba
- ✓ Higo
- ✓ Kivi
- ✓ Lima
- ✓ Limón
- ✓ Lychee
- ✓ Mandarina
- ✓ Mango
- ✓ Manzana
- ✓ Melocotón
- ✓ Melón
- ✓ Mora
- ✓ Naranja
- ✓ Nectarina
- ✓ Oliva/aceite de oliva
- ✓ Papaya
- ✓ Pera
- ✓ Piña
- ✓ Plátano
- ✓ Pomelo

- ✓ Sandía
- ✓ Uva blanca/uva negra
- ✓ Zarzamora



FRUTOS SECOS

- ✓ Almendra
- ✓ Anacardo
- ✓ Avellana
- ✓ Cacahuete
- ✓ Castaña
- ✓ Nuez
- ✓ Nuez de brasil
- ✓ Nuez de macadamia
- ✓ Pasas
- ✓ Piñones
- ✓ Pistacho



VARIOS

- ✓ Agar agar
- ✓ Alga espagueti
- ✓ Alga espirulina
- ⚠️ 2 Aloe vera
- ✓ Café
- ✓ Canela
- ✓ Levadura de cerveza
- ✓ Levadura de pan
- ✓ Miel
- ✓ Cola (nuez de cola)
- ✓ Ruibarbo

✓ ALIMENTOS PERMITIDOS ⚠️ 1 ALIMENTOS NO RECOMENDADOS ⚠️ 2 ALIMENTOS A EVITAR ⚠️ 3 ALIMENTOS NO PERMITIDOS

MUESTRA	NOMBRE	PETICIÓN	FECHA REGISTRO	FECHA IMPRESIÓN
c1a200	PRUEBA PRUEBA, MARTA		26/05/2017 9:11:51	31/05/2017 14:13:00



HIERBAS Y ESPECIAS

- ✓ Ajo
- ✓ Albahaca
- ✓ Alcaparra
- ✓ Anís
- ✓ Azafrán
- ⚠ Chile rojo
- ✓ Cilantro
- ✓ Clavo
- ✓ Colza
- ✓ Comino
- ✓ Curry
- ✓ Eneldo
- ✓ Estragón
- ✓ Gengibre
- ✓ Ginko biloba
- ✓ Ginseng
- ✓ Hierbabuena/menta
- ✓ Hinojo
- ✓ Laurel
- ✓ Manzanilla
- ⚠ Mostaza
- ✓ Nuez moscada
- ✓ Orégano
- ✓ Perejil
- ✓ Pimentón
- ⚠ Pimienta
- ✓ Regaliz
- ✓ Romero
- ✓ Salvia
- ✓ Té negro
- ✓ Té verde
- ✓ Tomillo
- ✓ Vainilla



CEREALES Y GRANOS

- ✓ Amaranto (amarantus)
- ✓ Arroz
- ✓ Avena (avena sativa)
- ✓ Cacao
- ✓ Caña de azúcar
- ✓ Cebada (hordeum)
- ✓ Centeno (secale cereale)
- ✓ Cuscus
- ✓ Espelta (triticum espelta)
- ✓ Gluten (seitán)
- ✓ Maíz (zea mays)
- ✓ Malta
- ✓ Mijo (panicum niliaceum)
- ✓ Polenta (polenta giallia)
- ✓ Quinoa (chenopodium quinoa)
- ✓ Salvado de trigo
- ✓ Girasol/aceite de girasol
- ✓ Semilla lino
- ✓ Sémola de trigo duro
- ✓ Semilla de sésamo
- ✓ Tapioca/yuca
- ✓ Transglutaminasa
- ✓ Trigo (triticum aestivum)
- ✓ Alforfón

✓ ALIMENTOS PERMITIDOS ⚠ ALIMENTOS NO RECOMENDADOS ⚠ ALIMENTOS A EVITAR ⚠ ALIMENTOS NO PERMITIDOS

MUESTRA	NOMBRE	PETICIÓN	FECHA REGISTRO	FECHA IMPRESIÓN
c1a200	PRUEBA PRUEBA, MARTA		26/05/2017 9:11:51	31/05/2017 14:13:00

RESUMEN DEL RESULTADO DE SU ANÁLISIS

1 ALIMENTOS NO RECOMENDADOS

Cebolla, Champiñón, Col roja (lombarda)

2 ALIMENTOS A EVITAR

Alfa lactoalbúmina, Aloe vera, Brócoli, Calabacín, Calabaza, Caviar, Escalonia (Chalota), Escarola, Espinacas, Leche de cabra, Leche de vaca, Lechuga, Mostaza, Pepino, Puerro, Rábano, Soja, Yema de huevo

3 ALIMENTOS NO PERMITIDOS

Algarroba, Arándano rojo, Beta lactoglobulina, Caseína, Cereza, Chile, Coles de bruselas, Dátil, Dorada, Pimienta, Pimiento

DÓNDE PUEDE ENCONTRAR LOS ALIMENTOS A LOS QUE PRESENTA HIPERSENSIBILIDAD

De los alimentos clasificados como **Alimentos No Recomendados**, **Alimentos a Evitar** o **Alimentos No Permitidos** se adjunta a continuación una relación de productos que los pueden contener en su composición. Esta relación es meramente orientativa por lo que le recomendamos revisar el etiquetado de los productos elaborados.

COMENTARIO

Para evitar desequilibrios nutricionales y/o riesgos de malnutrición, esta prueba debe ser solicitada y supervisada por un especialista que elaborará una dieta equilibrada y podrá realizarle un seguimiento.

MUESTRA	NOMBRE	PETICIÓN	FECHA REGISTRO	FECHA IMPRESIÓN
c1a200	PRUEBA PRUEBA, MARTA		26/05/2017 9:11:51	31/05/2017 14:13:00

DÓNDE PUEDE ENCONTRAR LOS ALIMENTOS A LOS QUE PRESENTA HIPERSENSIBILIDAD

- **Alfa lactoalbúmina**
En la leche y productos lácteos derivados, así como en la crema agria, batidos, chocolate, helados y fórmulas para bebés. Se encuentra también en salsas, aliños para ensaladas y sopas.
- **Algarroba**
En fabricación de sucedáneos de chocolate y café, licores, pasteles, espesantes y piensos.
- **Aloe vera**
Altamente utilizado en complementos nutricionales y jarabes.
- **Arándano rojo**
En surtidos de frutos secos, mermeladas, confituras y jaleas. En tartas, pasteles y rellenos de carnes y diversas salsas. Se encuentra también en bebidas alcohólicas, colorantes y ciertos productos de farmacia.
- **Beta lactoglobulina**
En la leche y productos lácteos derivados, así como en la crema agria, batidos, chocolate, helados y fórmulas para bebés. Se encuentra también en salsas, aliños para ensaladas y sopas.
- **Brócoli**
En guisos, cremas y gran variedad de platos orientales.
- **Calabacín**
En pistos, ciertos rellenos, cremas, salsas y sopas.
- **Calabaza**
En guisos, sopas y cremas. También puede encontrarse en determinados postres.
- **Caseína**
En la leche y productos lácteos derivados, así como en la crema agria, batidos, chocolate, y helados. Se encuentra también en salsas, aliños para ensaladas y sopas.
- **Caviar**
En guisos, conservas y preparados de pescado.
- **Cebolla**
En guisos, sofritos, ensaladas, sopas y diversas salsas. Puede encontrarse también en confituras.
- **Cereza**
En repostería y pastelería, algunos bombones, mermeladas, bebidas y licores.
- **Champiñón**
En guisos, cremas y en determinadas sopas de sobre.

MUESTRA	NOMBRE	PETICIÓN	FECHA REGISTRO	FECHA IMPRESIÓN
c1a200	PRUEBA PRUEBA, MARTA		26/05/2017 9:11:51	31/05/2017 14:13:00

DÓNDE PUEDE ENCONTRAR LOS ALIMENTOS A LOS QUE PRESENTA HIPERSENSIBILIDAD

- Chile
En guisos, gran variedad de salsas y platos mexicanos.
- Col roja (lombarda)
En guisos, ensaladas y conservas.
- Coles de bruselas
En guisos, ensaladas y conservas.
- Dátil
En surtidos de frutas secas, rellenos y platos orientales.
- Dorada
En guisos, conservas y preparados de pescado.
- Escalonia (Chalota)
En guisos, sofritos, ensaladas, sopas y diversas salsas. También en postres y pastelillos.
- Escarola
Se encuentra fundamentalmente en ensaladas.
- Espinacas
En ensaladas, variedades de pastas, lasaña vegetal y cremas.
- Informe A200
- Leche de cabra
En derivados lácteos a base de este tipo de leche.

MUESTRA	NOMBRE	PETICIÓN	FECHA REGISTRO	FECHA IMPRESIÓN
c1a200	PRUEBA PRUEBA, MARTA		26/05/2017 9:11:51	31/05/2017 14:13:00

DÓNDE PUEDE ENCONTRAR LOS ALIMENTOS A LOS QUE PRESENTA HIPERSENSIBILIDAD

- **Leche de vaca**

En derivados lácteos tales como queso, yogur, requesón o mantequilla. En productos de repostería, bollería y pastelería así como en batidos, diferentes bebidas y helados. En salsas, cremas, purés, aliños para ensaladas y salsas. En revueltos, rebozados y empanados, en fiambres, embutidos y patés. En mezclas de harina y distintas variedades de panes.

ALIMENTOS ALTERNATIVOS A LA LECHE DE VACA

Siempre y cuando no se presente también intolerancia a las alternativas propuestas:

Leche de almendra

Leche de cabra

Leche de avellana

Leche de soja

Leche de nuez

Leche de arroz

- **Lechuga**

En ensaladas o como envoltante en algunos platos orientales.

- **Mostaza**

En salsas, aliños para ensaladas y platos de curry.

- **Pepino**

En ensaladas y platos griegos.

- **Pimienta**

En gran variedad de salsas, cremas mezclas de especias y como condimento en platos de carne, pescado, verduras y ensaladas.

- **Pimiento**

En gran variedad de guisos y ensaladas.

- **Puerro**

En sofritos, guisos, sopas y cremas (ingrediente principal en la "vichyssoise").

MUESTRA	NOMBRE	PETICIÓN	FECHA REGISTRO	FECHA IMPRESIÓN
c1a200	PRUEBA PRUEBA, MARTA		26/05/2017 9:11:51	31/05/2017 14:13:00

DÓNDE PUEDE ENCONTRAR LOS ALIMENTOS A LOS QUE PRESENTA HIPERSENSIBILIDAD

- Rábano

En ensaladas, sopas, purés y diversos guisos.

- Soja

En salsas, sopas, diversos aliños para ensaladas, pastas, fideos y platos orientales. Se encuentra también en sustitutos de productos lácteos como la leche de soja, yogures, etc. Es ampliamente utilizado en productos elaborados tanto dulces como salados. Puede encontrarse en alimentos para bebés y refrescos en polvo o sucedáneos del café y en alimentos con lecitina.

- Yema de huevo

En productos de pastelería y bollería. En helados, batidos, turrone, flanes. En hojaldres, empanadas y empanadillas así como en sopas, cremas, caldos y consomés. En gran variedad de salsas y gelatinas así como en ciertos cereales para el desayuno. En vinos clarificados y cafés con cremas sobrenadantes. Se puede encontrar también en algunos laxantes.

