

## A200

### Análisis de intolerancias alimentarias



Las reacciones anormales a los alimentos se clasifican en tóxicas y no tóxicas. Las reacciones no tóxicas se dividen a su vez en reacciones alérgicas inmunes y en reacciones no alérgicas no inmunes. Estas últimas son las que médicamente se conocen como intolerancias alimentarias y pueden ser el resultado de déficits enzimáticos (por ejemplo, de lactasa) o bien de la presencia de sustancias químicas o de aditivos en los alimentos.

Las reacciones alérgicas inmunes son procesos inmunológicos complejos, que pueden estar mediados tanto por anticuerpos tipo inmunoglobulinas E (IgE) como por inmunoglobulinas G (IgG) específicas frente a los antígenos (proteínas) de los alimentos. Las reacciones mediadas por IgE son las alergias alimentarias propiamente dichas, mientras que las mediadas por IgG se conocen como hipersensibilidad alimentaria (popularmente conocidas como intolerancias alimentarias).

Entre el 20 y el 35% de la población presenta efectos derivados de una hipersensibilidad alimentaria.

#### Alergia e hipersensibilidad alimentaria

Las características y diferencias de estos dos tipos de reacciones alérgicas inmunes a los alimentos son:

##### Alergia alimentaria

Se trata de una reacción inmune aguda y rápida, mediada por anticuerpos IgE, con una clara relación causa-efecto. La clínica puede ser generalizada y/o localizada y puede llegar a ser muy grave (por ejemplo, shock anafiláctico).

##### Hipersensibilidad alimentaria

Se trata de una reacción inmune retardada, mediada por anticuerpos IgG, y sin una clara relación causa-efecto. La clínica es muy diversa, moderada y de tipo crónico, lo que dificulta su diagnóstico.



El tracto gastrointestinal contiene la mayor superficie de tejido inmune de nuestro organismo. Por tanto, es factible presentar una reacción inmune de hipersensibilidad a los alimentos que más se ingieren, en función de la salud del tracto gastrointestinal y del sistema inmune.

#### Análisis A200

El análisis **A200** consiste en la determinación de anticuerpos IgG en suero frente a más de 200 proteínas de alimentos de la dieta mediterránea. El análisis se realiza por tecnología *Inmunoblot*. Se trata además, de un test directo de cuantificación de IgG específicas y, por tanto, más objetivo que otros test que valoran la modificación de la forma de los leucocitos o realizan el análisis por biorresonancia.

#### Indicaciones

El análisis **A200** está especialmente indicado en aquellas personas que presenten alguno de los siguientes síntomas sin diagnóstico etiológico o/y sin mejoría con los tratamientos médicos habituales:

- **Trastornos gastrointestinales:** dolores abdominales, estreñimiento, diarrea, hinchazón abdominal, náuseas, acidez, úlceras y aftas, gastritis, colitis.
- **Procesos dermatológicos:** acné, eczema, psoriasis, picor urticaria.
- **Molestias neurológicas:** dolor de cabeza, migraña, mareo, vértigo.
- **Alteraciones respiratorias:** tos, bronquitis, asma, rinitis.
- **Afecciones psicológicas:** ansiedad, depresión, fatiga, hiperactividad.
- **Trastornos músculo-esqueléticos:** dolor, rigidez, artritis, fibromialgia.
- **Otros:** retención de líquidos.

La eliminación de la dieta de aquellos alimentos a los que se presenta hipersensibilidad (niveles de IgG anormales) proporciona una notable mejoría en un alto porcentaje de pacientes. Así pues, el análisis **A200** es una opción importante a tener en cuenta ante cualquiera de estas manifestaciones clínicas sin diagnóstico.

#### Requisitos

Se recomienda realizar ayuno durante al menos 4 horas. La no realización del ayuno podría comprometer los resultados finales.

No realizar si el paciente siguiera tratamiento inmunosupresor.

Muestra: 1 ml de suero. Enviar refrigerado.

Documentación: Peticionario general, indicar motivo de solicitud.

## A200

## Análisis de intolerancias alimentarias

**Verduras y Hortalizas**

Acelga  
 Alcachofa  
 Apio  
 Boniato  
 Berenjena  
**Boleto**  
 Brócoli  
 Calabacín  
 Calabaza  
**Canónigo**  
 Cebolla  
 Champiñón  
 Col rizada  
 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)

**Lácteos y Huevo**

Beta-Lactoglobulina  
 Caseína  
 Clara de huevo  
 Leche de búfala  
 Leche de cabra  
 Leche de oveja  
 Leche de vaca  
 Yema de huevo

**Pescados y Mariscos**

Almeja  
 Anchoa  
 Anguila  
 Arenque  
 Atún  
 Bacalao  
 Berberecho  
 Besugo  
 Caballa  
 Calamar  
 Cangrejo  
 Caracolas  
 Carpa  
 Caviar  
 Dorada  
 Gamba / Camarón  
 Langosta  
 Lenguado  
 Lubina  
 Lucio  
 Mejillón  
 Merluza  
 Mero  
 Navaja  
 Ostra  
 Percebe  
 Pez espada  
 Platija  
 Pulpo  
 Pulpo  
 Rape  
 Rodaballo

Salmón  
 Sardina  
 Sepia  
 Trucha  
 Vieira

**Carnes**

Avestruz  
 Buey  
 Caballo  
 Cabrito  
 Cerdo  
 Codorniz  
 Conejo  
 Cordero  
 Pavo  
 Perdiz  
 Pato  
 Pollo  
 Ternera  
 Venado

**Frutas**

Aguacate  
 Albaricoque  
 Algarroba  
 Arándano  
 Arándanos rojos  
 Cereza  
 Ciruela  
 Coco  
 Dátil  
 Frambuesa  
 Fresa  
 Granada  
 Grosella negra  
 Grosella roja  
 Higo  
 Kiwi  
 Lima  
 Limón  
 Lichi  
 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



### Hierbas y Especies

**Aceite de cardo**  
Ajo  
Albahaca  
Alcaparra  
Anís  
Azafrán  
**Bayas de Goji**

Chile rojo  
Cilantro  
Clavo  
Colza  
Comino  
Curry  
Eneldo  
Estragón  
Jengibre  
Hierbabuena / Menta  
Hinojo  
Hoja de parra  
Laurel  
Lúpulo  
Mejorana  
Manzanilla  
Mostaza  
Nuez moscada  
Orégano  
Perejil  
Pimentón  
Pimienta  
Regaliz  
Romero  
Salvia  
Té negro  
**Semilla de Amapola**  
**Semilla de Cáñamo**  
**Semilla de Chía**  
Té negro  
Té verde  
Tomillo  
Vainilla



### Cereales y Granos

Amaranto  
Arroz  
Avena (*Avena sativa*)  
Cacao  
Caña de azúcar

Cebada (*Hordeum vulgare*)  
Centeno (*Secale cereale*)  
Cuscús  
Espelta (*Triticum espelta*)  
Gluten (seitán)  
Maíz (*Zea mays*)  
Malta  
Mijo (*Panicum niliaceum*)  
Quinoa (*Chenopodium quinoa*)  
Salvado de trigo  
Girasol/Aceite de girasol  
Semilla de lino  
Sémola de trigo duro  
Semilla de sésamo  
Tapioca / Yuca  
Trigo (*Triticum aestivum*)  
Trigo negro (Trigo sarraceno o alforfón)



### Varios

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

Los resultados del Estudio de Intolerancia Alimentaria incluyen comentarios sobre los alimentos para los cuales se encontró una reactividad por encima de lo normal.