

LAS NIÑAS Y NIÑOS ALÉRGICOS SE EXPONEN A IMPORTANTES RIESGOS AL COMER FUERA DE CASA

¿Qué es la alergia a alimentos y a quién afecta?

La alergia a alimentos, que se produce cuando una persona reacciona exageradamente al contacto, ingestión o inhalación de un alimento, puede provocar desde reacciones leves (erupciones, urticaria, picor, tos, diarrea o vómitos) a reacciones graves o muy graves (desde dificultad respiratoria, asma, hipotensión, opresión torácica, palpitaciones o mareo, hasta shock anafiláctico con riesgo de muerte).

Respecto al tipo de alimentos implicados, si bien los datos varían según el grupo de edad, zona geográfica, **en los niños y niñas del estado español son el huevo y la leche de vaca** los alimentos más frecuentes, seguidos de los **pescados** (alergia más persistente y muy frecuente en adultos). Entre los niños y niñas menores de 5 años con alergia a alimentos, el porcentaje de reacciones por las frutas es de un 11%, ocupando el cuarto lugar, detrás del huevo, la leche y el pescado, mientras que en mayores de 5 años la fruta pasa a ser la alergia más frecuente con un porcentaje del 37% del total de alergias a alimentos.

¿En qué debo fijarme?



El listado de los 14 alérgenos de obligada declaración es, según el RD 2220/2004: Cereales que contengan **Gluten** y productos derivados, **Crustáceos** y productos a base de crustáceos, **Huevos** y productos a base de huevo, **Pescado** y productos a base de pescado, **Cacahuetes** y productos a base de cacahuete, **Soja** y productos a base de soja, **Leche** y sus derivados (incluida la lactosa), **Frutos de cáscara** (almendras, avellanas, nueces, anacardos, pacanas, castañas de Pará, pistachos, nueces de macadamia y, nueces de Australia, y productos derivados), **Apio** y productos derivados, **Mostaza** y productos derivados, Granos de **Sésamo** y productos a base de granos de sésamo, Anhídrido sulfuroso y **Sulfitos** en concentraciones superiores a 10 mg/kg o 10 mg/l expresado como SO₂, **Altramuces** y **Moluscos** o productos a base de moluscos.

LAS NIÑAS Y NIÑOS ALÉRGICOS SE EXPONEN A IMPORTANTES RIESGOS AL COMER FUERA DE CASA

¿Cómo puedo actuar para informarme?

Como indica la **EAACI** en su Declaración europea sobre alergia a alimentos y anafilaxia: la Comisión Europea ha reconocido que 7 de cada 10 reacciones alérgicas graves ocurren cuando la gente come fuera de casa. “Para evitarlas- cita Pilar Hernández, presidenta de **AEPNAA**, es imprescindible que la persona alérgica tenga la información sobre las sustancias presentes en los alimentos que pueden poner en riesgo su salud. Todo esto hace que la norma (UE 1169/2011) sea más que necesaria para preservar la salud, incluso a veces la vida, de estas personas”, concluye.

Por lo tanto, las personas alérgicas a alimentos podrán solicitar información por escrito en centros de restauración, según el Reglamento de la UE 1169/2011 que entró en vigor en diciembre de 2011 y, tras pasar 3 años de adaptación, en lo referente a la información sobre alérgenos, es de obligado cumplimiento en todo el territorio español a partir del 13 de diciembre de 2014.

Esta normativa afecta a cualquier establecimiento que proporcione alimentos envasados o no envasados, como los establecimientos de hostelería, restauración, hospitales, comedores escolares y comercios minoristas (panaderías, carnicerías, etc.), entre otros.

La información ha de ser clara y accesible por el personal de hostelería y restauración, que tendrá que responder a las solicitudes de los y las clientes con alergia a alguno de los 14 alérgenos de declaración obligatoria que lo requieran.

En febrero de 2015 se aprobó el decreto por el cual se establece el deber de facilitar la información alimentaria de aquellos alimentos que se presenten sin envasar o envasados en el momento de compra, ya que, según se explica en el artículo, la mayoría de incidentes de alergia alimentaria tienen su origen en ellos.

AEPNAA valora positivamente esta normativa, ya que, aplicada correctamente, permitirá que las personas con alergia a alimentos dispongan de la información necesaria para proteger su salud y garantizar su seguridad en establecimientos hosteleros, de restauración, comedores y hospitales, entre otros, algo que hasta el momento no era obligatorio en nuestro país.

AEPNAA, como miembro de su Comité de asociaciones de pacientes, apoya la Campaña sobre Alergia a Alimentos y Anafilaxia promovida por la **EAACI**, así como su Declaración Pública Europea, donde se hace un llamamiento a los legisladores y responsables políticos europeos y nacionales, reclamando acciones de sensibilización, mejor acceso a tratamientos de emergencia, más recursos para la investigación en materia de alergias, así como unas medidas de etiquetado de alimentos más exigentes.

Fuentes:

SEICAP (Sociedad española de inmunología Clínica, Alergología y Asma Pediátrica)

EAACI (Academia Europea de Alergia e Inmunología Clínica)

AEPNAA (Asociación Española de Personas con Alergias a Alimentos y Látex)



<http://www.eaaci.org>



<http://www.seicap.es>



<http://www.aepnaa.org>