



Steve Troxler
Commissioner

**North Carolina Department of Agriculture
and Consumer Services**
Food and Drug Protection Division

Joseph W. Reardon
Director

El Síndrome Oral Alérgico



La División de Alimentos y Medicinas del Departamento de Agricultura de Carolina del Norte en su afán de contribuir con la mejor calidad de vida de la comunidad Hispana señala en esta ocasión ciertos problemas alérgicos que se presentan como consecuencia del polen de primavera.

El síndrome oral alérgico problema se presenta sobre todo en las personas que son sensibles al polen. A la alergia al polen de primavera por lo general se le llama fiebre del heno y, a la alergia que se presenta al final del verano se le vincula con el polen de la planta llamada ragweed.

El síndrome oral alérgico se presenta también en algunas personas cuando consumen o entran en contacto con nueces o, con ciertas frutas o vegetales, por lo general crudos.

Los síntomas más comunes de este síndrome son: picazón o ardor en los labios, garganta o paladar. Los ojos, la nariz y la piel pueden afectarse también. Las reacciones más severas son ataques de asma o de anafilaxis- La anafilaxis es una reacción alérgica grave que puede afectar todo el cuerpo. Puede producir dificultades para respirar, pérdida del conocimiento e incluso la muerte. La anafilaxis es una situación de emergencia médica que requiere tratamiento médico inmediato y, más adelante, la atención de un alergista.

Si la persona consume el producto mas tarde tendrá probablemente una reacción gastrointestinal: vómitos, diarrea, fuerte indigestión o cólicos.

Las reacciones alérgicas pueden aumentar con el paso del tiempo. Por ejemplo, pueden presentarse ya no solamente ante un tipo de fruta o vegetal sino por varios. Lo que no significa necesariamente que todas las frutas o todos los vegetales vayan a generar reacciones alérgicas en la persona.

Por lo general las reacciones alérgicas ocurren cuando las frutas o vegetales están crudos pero cuando se cocinan las personas alérgicas si pueden consumirlos ya que

sus organismos ya no reconocen al alimento como una amenaza, lo cual sucedía mientras estaban crudos debido al polen que contenían.

La alergia a las nueces por lo general sí es de por vida y se presenta de cualquier manera, ya sea que las nueces estén crudas o cocidas.

Alimentos Típicamente Asociados con el Síndrome Oral Alérgico

Polen de Aliso

- Almendras
- Manzanas
- Cerezas
- Nueces
- Melocotones
- Peras
- Perejil
- Apio

Polen de Abedul

- Abridores
- Zanahoria
- Apio
- Cerezas
- Coriandro
- Hinojo
- Kiwi
- Nectarines
- Perejil
- Chirivias
- Melocotones
- Peras
- Pimienta
- Guindones (ciruela pasa)
- Papas
- Nueces

Polen de gras:

- Melones
- Tomates
- Naranjas

Polen de Mugwort:

- Zanahorias
- Apio
- Coriandro
- Hinojo
- Perejil
- Pimientas
- Girasol

Polen de Ragweed:

- Plátanos
- Cantalupo
- Pepinillos
- Miel y derivados
- Melon
- Zucchini
- Diente de León
- Manzanilla

Estas reacciones alérgicas no tienen relación con los pesticidas, químicos o ceras de presentes en las frutas sin embargo, las cáscaras concentran más agentes alérgicos y, en ocasiones, las personas alérgicas a ciertas frutas pueden comerlas si las pelan.

Esta información es solamente para su información general, si sufre de alergias necesita consultar con un médico. Para conocer más sobre los programas de ayuda médica del Estado puede contactar a la División de Alimentos y Medicinas del Departamento de Agricultura de Carolina del Norte: 919-733-7366.