



¿CUÁN SEGURA ES TU COMIDA?

Esta pregunta fue realizada con motivo del Día Internacional de la Salud 2015.¹

A través de los alimentos se pueden transmitir múltiples enfermedades, definidas como aquéllas que se le atribuyen a un alimento específico, a una sustancia que se le ha incorporado, o a una contaminación producida mientras se lo prepara o distribuye.

Estos transmisores pueden ser biológicos, químicos, físicos y pueden actuar como inoculantes, tóxicos o alérgenos. Nosotros nos abocaremos al tema **alérgenos**, que son sustancias que provocan reacciones alérgicas adversas como consecuencia de la ingestión, contacto o inhalación de alimentos.

Estas reacciones (en las que interviene el sistema inmunitario) se desencadenan frente a proteínas o glicoproteínas denominadas alérgenos que pueden formar parte de los alimentos o estar vehiculizados por ellos.^{2,3}

Los gobiernos instrumentan políticas y normas destinadas a garantizar a los ciudadanos la inocuidad de los alimentos que consumen. Estas acciones son realizadas a través de los organismos de Salud Pública que instrumentan las normas de Seguridad Alimentaria, en todos los niveles: identificación del agente potencialmente nocivo, estudio de su evolución, y las gestiones para atenuar las consecuencias indeseadas.

Las personas afectadas desarrollan reacciones de intensidad variable: algunas son inmediatas, aunque pueden ocurrir a los pocos minutos e incluso después de varias horas de haberse contactado con los alimentos.

Debido a que hasta ahora no existe un tratamiento preventivo para esos compuestos, lo recomendable es evitar totalmente la exposición a los productos alimenticios que causan o vehiculizan estos alérgenos.⁴

Se han descripto gran cantidad de alimentos que causan reacciones alérgicas, y cada país cuenta con largas listas que incluyen distintos alérgenos que han sido re-

gistrados por su sistema de salud. No hay acuerdo sobre la totalidad de los mismos por la disparidad de las formas de identificar a los alérgenos, los diferentes métodos de los laboratorios bioquímicos, el diferenciar si se trata de intolerancia o de alergia...

Además de esto deben considerarse las posibilidades de legislar y coordinar acciones que permitan proteger al consumidor. Finalmente se ha llegado a algunos acuerdos generales entre la mayoría de los países europeos y latinoamericanos, Estados Unidos y otros: uno de ellos es la obligatoriedad de la denuncia de estos alérgenos, ya sea que formen parte de un alimento (aunque sea en forma modificada, en gran cantidad o simplemente en trazas), y ante la duda de que el producto (incluidas las bebidas alcohólicas) pueda estar contaminado con un alérgeno, esto deberá expresarse clara y obligatoriamente en el etiquetado.

Esto, por supuesto, tiene una importancia que trasciende las fronteras nacionales, ante la evidente realidad de la globalización del comercio, de la introducción de nuevos productos finales o materias primas en lugares no originarios de los mismos, y la necesidad de proteger a los consumidores que forman parte de contingentes turísticos cada vez más numerosos, fundamentalmente en países desarrollados; esto tiene influencia en la hotelería y en las casas de expendio de comida.

Dentro de cada país se deben considerar además las poblaciones de mayor riesgo, como los niños, los ancianos y los inmunodeprimidos. Respecto a los niños deben supervisarse los comedores escolares, los jardines y guarderías que proveen parte fundamental de la alimentación diaria.

Con respecto a la prevalencia de casos de alergias alimentarias, no hay un acuerdo general respecto a las estadísticas. Los incidentes van en ascenso, y se dan en 1-3% de la población adulta, y en 4-6 % de infantes y

niños; se estaría hablando de entre 200 y 250 millones de personas afectadas.⁵

A nivel mundial se ha llegado a coincidir en un grupo de alérgenos que son los más frecuentemente implicados. A partir del 13 de diciembre de 2014 se acordó la reglamentación de catorce alérgenos que se encuentran en la leche de vaca, las frutas, las leguminosas (particularmente maní y soja), los huevos, el pescado, los crustáceos, las nueces, las hortalizas y los cereales.⁶ Sobre estos alérgenos ya existen técnicas de detección perfectamente acordadas a nivel internacional, por lo cual su identificación y cuantificación está hoy concertada.^{7,8}

Es importante destacar que una de las últimas normas que se están desarrollando en la práctica y que son de aplicación obligatoria en muchos países en hospitales, cuarteles, escuelas, etc., es el sistema HACCP (*Hazard Analysis Critical Control Points*, o Análisis de Peligros y Puntos de Control), abocado al análisis de los

puntos críticos en el proceso de la alimentación: es llamado “Seguridad desde la granja a su mesa”, o sea **prevenir** a través de un control estricto en todos los estadios que recorre un producto alimentario desde que se produce hasta que se consume.

Podemos dar cuenta de algunas de estas acciones, que se vienen dando en todo el globo desde que se publicaron el *Codex Alimentarius* en 1961 y el Libro Blanco de la Seguridad Alimentaria.⁹ Hay muchos ejemplos, como las medidas de precaución que deben tener los celíacos en España,¹⁰ y otras que fueron expuestas en el 2º Congreso Nacional de Alimentación Segura (Rosario, 2013).¹¹

MAURICIO PALCHIK

Bioquímico especializado en Seguridad Alimentaria

Correo electrónico: myp1942@gmail.com

Referencias

1. <http://www.who.int/campaigns/world-health-day/2015/en>
2. <http://www.jacionline.org/article/S0091-6749%2804%2900930-3/abstract>
3. <http://www.jacionline.org/article/S0091-6749%2804%2900930-3/pdf>
4. <http://www.fda.gov/downloads/ForConsumers/ConsumerUpdates/UCM170952.pdf>
5. http://www.gencat.cat/salut/acsa/html/ca/dir2913/pdf/guia_alergenos.pdf
6. <http://www.makro.es/public/Los%2014%20alergenos%20de%20los%20que%20debera%20informar%20con%20la%20nueva%20ley>
7. http://www.inofood.cl/neo_2013/pdf/presentaciones/Lunes/07_Sesion_Paralela_4_salon_Manquehue/03-PATRICIA_KNASS.pdf
8. http://www.astorilab.com/index.php?option=com_content&view=article&id=28%3Aallergens-elisa-kit&catid=8%3Aallergens-and-gluten-elisa-kits&Itemid=2&lang=es
9. http://ec.europa.eu/dgs/health_consumer/library/pub/pub06_es.pdf
10. <http://www.abc.es/familia-vida-sana/20150527/abci-celicos-precauciones-platos-201505251408.html>
11. <http://www.assal.gov.ar/congreso/2013/exposiciones/lopez.pdf>

CONSULTORIOS DE ESPECIALIDADES MÉDICAS, ODONTOLÓGICAS Y BIOQUÍMICAS

Importante clínica céntrica alquila consultorios a médicos, totalmente equipados, moderna infraestructura y disponibilidad horaria. 11 consultorios y 20 años de trayectoria. Convenios con obras sociales y Mutuales.

Contactarse de Lunes a Viernes de 8hs. a 20hs. a los tel. 0341 - 426-4214 / 425-8047



9 de Julio 1591 - ROSARIO