

Síndrome de alfa-gal

Nina Rooft, PhD, RDN, LD
Vicepresidenta Adjunta -
Ciencias de la Familia y del
Consumidor

Quadarius Whitson, MS
Asociado del programa de
Nutrición Culinaria y
Seguridad Alimentaria

¿Qué es el síndrome de alfa-gal?

El síndrome de alfa-gal es un tipo de alergia alimentaria que afecta a las personas alérgicas a las carnes rojas y a otros productos procedentes de mamíferos.

¿Qué causa el síndrome de alfa-gal?

En los Estados Unidos, normalmente comienza con la picadura de la garrapata Estrella Solitaria (*Amblyomma Americanum*), que transfiere al organismo una molécula de azúcar llamada alfa-gal, que provoca una reacción del sistema inmunitario del cuerpo. Esto produce reacciones alérgicas de leves a graves a carnes rojas como las de vaca, cerdo y cordero. También puede provocar reacciones a otros alimentos de origen mamífero, como los productos lácteos o las gelatinas. No todas las personas que

reciben una picadura de garrapata desarrollan esta alergia.

Además de la garrapata Estrella Solitaria, otras garrapatas pueden ser portadoras de la molécula de azúcar alfa-gal porque esta procede de la sangre de los animales que pican, como vacas y ovejas. No está claro por qué algunas personas presentan una fuerte respuesta inmunitaria a estas moléculas de azúcar alfa-gal, pero así es, y su organismo fabrica proteínas denominadas anticuerpos.

Estos anticuerpos atacan a los alfa-gal como algo que el sistema inmunitario tiene que eliminar. La respuesta es intensa, por lo que la persona no puede comer carne roja ni productos derivados de mamíferos sin sufrir una reacción alérgica. Las personas que padecen el síndrome alfa-gal deben saber que nunca deben tomar el medicamento

*Arkansas es
nuestro campus*

Visite nuestro sitio web:
<http://www.uaex.uada.edu>



contra el cáncer cetuximab (Erbix) porque es estructuralmente similar, y el sistema inmunitario de su organismo reaccionará ante este fármaco como si se tratara de carne roja o productos derivados de mamíferos.

Síntomas

- Suelen aparecer entre 3 y 6 horas después de la exposición a carnes rojas (de vacuno, cerdo y cordero), vísceras, productos derivados de mamíferos (gelatinas o lácteos)
- El tiempo que transcurre entre la ingestión de productos derivados de la carne y la reacción alérgica se debe a que las moléculas de alfa-gal tardan más que otros alérgenos en ser digeridas y llegar al sistema que hace circular la sangre por el cuerpo.
- Urticaria, picazón, picor y descamación de la piel.
- Hinchazón de los labios, la cara, la lengua, la garganta u otras partes del cuerpo
- Sibilancias o dificultad para respirar
- Dolor de estómago, diarrea, malestar estomacal o vómitos

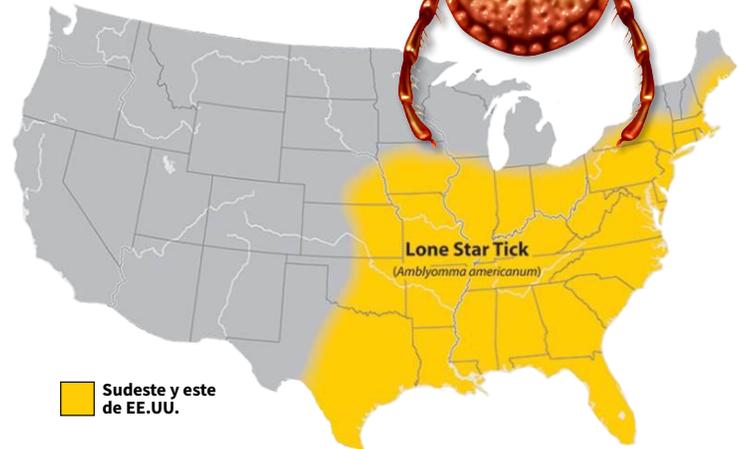
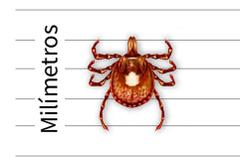
Busque atención médica

- Si tiene los síntomas de alergia alimentaria indicados anteriormente después de comer productos derivados de la carne, consulte a su médico de cabecera o a un médico especializado en alergias
- Vaya al servicio de urgencias más cercano si tiene alguno de los siguientes síntomas:
 - Dificultad para respirar
 - Pulso rápido y débil
 - Sensación de mareo o vértigo
 - Babeo o imposibilidad de tragar
 - Enrojecimiento y calor en todo el cuerpo (sofoco)

Factores de riesgo

- Vivir en el sur, este y centro de Estados Unidos
- Pasar mucho tiempo al aire libre
- Haber sufrido muchas picaduras de garrapata Estrella Solitaria

Garrapata Estrella Solitaria (hembra)



Complicaciones

- Puede causar una reacción alérgica grave llamada anafilaxia, que puede ser mortal si no se recibe tratamiento médico.
 - Los síntomas de la anafilaxia pueden incluir los siguientes:
 - Estrechez y opresión de las vías respiratorias
 - Hinchazón de la garganta con dificultad para respirar
 - Caída de la tensión arterial, llamado shock
 - Taquicardia
 - Sensación de mareo, vértigo o desmayo
- La anafilaxia se trata con un medicamento llamado epinefrina (adrenalina)
- Por eso debe llevar siempre consigo un autoinyector (EpiPen, Auvi-Q u otro autoinyector) y saber dónde se encuentra el servicio de urgencias más cercano.

Prevención y concientización

Para prevenir el síndrome alfa-gal, protéjase de las picaduras de garrapata. Para ello, evite en lo posible las zonas donde haya garrapatas. Si tiene que entrar en su hábitat, haga lo siguiente:

- **Cúbrase.** Vístase para protegerse cuando esté en zonas boscosas o cubiertas de hierba. Use calzado, pantalones largos metidos por den-

tro de los calcetines, camisa de manga larga, gorro y guantes. Además, manténgase en los senderos y evite caminar entre arbustos bajos y hierba alta. Si tiene perro, llévelo con correa.

- **Use repelente de insectos.** Aplique sobre la piel un repelente de insectos con una concentración igual o superior al 20 % del ingrediente DEET. Si es padre, aplique el repelente a sus hijos. Evite sus manos, ojos y boca. Recuerde que los repelentes químicos pueden ser tóxicos, por lo que debe seguir cuidadosamente las instrucciones. Aplique a la ropa productos con el ingrediente permetrina, o compre ropa previamente tratada.
- **Revítese a sí mismo, a sus hijos y a sus mascotas para detectar garrapatas.** Esté atento después de pasar tiempo en zonas arboladas o cubiertas de hierba.
- **Haga todo lo posible por mantener su jardín sin garrapatas.** Quite la maleza y las hojas donde viven las garrapatas, y mantenga los montículos de leña en lugares soleados. En Arkansas, al igual que en otros estados del sureste, las garrapatas Estrella Solitaria son más activas durante los meses cálidos, cuando la temperatura supera los setenta grados (normalmente de marzo a octubre).
- **Dúchese apenas entre a casa.** Las garrapatas suelen permanecer en la piel durante horas antes de adherirse. Dúchese y quítese las garrapatas con un paño.
- **Quítese las garrapatas con pinzas lo antes posible.** Agarre suavemente la garrapata cerca de la cabeza o la boca. No la apriete ni la aplaste. Tire de ella con cuidado y con firmeza. Cuando la haya arrancado entera, tírela. Aplique un antiséptico en el lugar de la picadura para ayudar a prevenir la enfermedad.

¿Cómo se diagnostica el alfa-gal?

El diagnóstico se basa en sus antecedentes personales y en exámenes médicos. Su médico le preguntará si le han picado garrapatas, si ha estado en lugares donde viven garrapatas, sus síntomas y cuánto tiempo después de comer carne o productos derivados de la carne aparecen los síntomas.

El médico lo examinará y le hará las siguientes pruebas:

- **Análisis de sangre** para confirmar y medir los anticuerpos alfa gal en su torrente san-

guíneo y diagnosticarle de forma definitiva el síndrome alfa gal.

- **Prueba de punción cutánea** para detectar una reacción alérgica a determinados tipos de carne roja, ya que existen distintos tipos de alergia a la carne.

Tratamiento

- Evite los alimentos que le provoquen la reacción y consulte las etiquetas de los ingredientes de los alimentos que compra en las tiendas para saber si contienen lo siguiente:
 - Carne vacuna
 - Carne de cerdo
 - Cordero
 - Carne de venado
 - Caldo de ternera
 - Algas
 - Vísceras
 - Gelatinas
- Revise los cubitos de caldo de sopa, los paquetes de salsa y los ingredientes aromatizantes de los productos envasados.
- Pida a su médico o alergólogo una lista de alimentos que debe evitar, incluidos los extractos de carne utilizados en la condimentación.
- Tenga cuidado en restaurantes y reuniones sociales.
- Si no está seguro de lo que contiene un alimento, no lo coma.
- Lleve su propia comida a las reuniones sociales.
- Lleve siempre consigo epinefrina (Epi-Pen) por si sufre una reacción alérgica grave.
- Conozca la ubicación de un servicio de urgencias en todo momento, especialmente cuando viaje.

Perspectivas

Actualmente, no se conoce cura para el síndrome de alfa-gal. Sin embargo, los síntomas pueden disminuir con el tiempo, sobre todo si no le pican más garrapatas. Este cambio puede tardar de uno a dos años. *Esto no se puede garantizar, ya que cada persona es diferente.*

Referencias

Academia de Nutrición y Dietética. (2023). *Evidence-Based Nutrition Practice Guidelines*. <https://www.eatrightpro.org/practice/guidelines-and-positions/evidence-based-nutrition-practice-guidelines>

Iwasaki, Prof. A. (1 de junio de 2024). *Gal information - alpha-gal information*. Alpha. <https://alphagalinformation.org/>

Mayo Clinic. (2023). *Alpha-gal Syndrome*. <https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/alpha-gal-syndrome/diagnosis-treatment/drc-20428705>

Impreso por University of Arkansas Cooperative Extension Service Printing Services.

La **DRA. NINA ROOFE** es vicepresidenta adjunta de Ciencias de la Familia y del Consumidor en la División de Extensión Cooperativa Agrícola del Sistema de la Universidad de Arkansas, Little Rock. **QUADARIUS WHITSON** es asociado del programa de Nutrición Culinaria y Seguridad Alimentaria en la División de Extensión Cooperativa del Sistema de Agricultura de la Universidad de Arkansas, Little Rock.

Publicado como parte del trabajo de Extensión Cooperativa, Leyes del 8 de mayo y 30 de junio de 1914, en colaboración con el Departamento de Agricultura de los EE.UU., Director, Servicio de Extensión Cooperativa, Universidad de Arkansas. La División de Agricultura del Sistema de la Universidad de Arkansas (Division of Agriculture, University of Arkansas System) ofrece todos sus programas y servicios de Extensión e Investigación sin distinción de raza, color, sexo, identidad de género, orientación sexual, origen nacional, religión, edad, discapacidad, estado civil o de veterano, información genética ni ninguna otra categoría legalmente protegida, y es un empleador que ofrece igualdad de oportunidades y acción afirmativa.