

GAMBAS AL AJILLO

Ingredientes: Gamba roja, Ajo, Pimienta de cayena, Aceite de oliva, Brandy,

ESTE PLATO CONTIENE O PUEDE CONTENER LOS SIGUIENTES ALERGENOS

- **A CRUSTÁCEOS Y PRODUCTOS A BASE DE CRUSTÁCEOS** La normativa europea actual obliga al etiquetado de todos los alimentos que contengan crustáceos. La principal proteína responsable de las reacciones alérgicas a los crustáceos es la tropomiosina, una proteína muscular termoestable (resistente al calor). La tropomiosina es también el alérgeno mayoritario de los mariscos y pertenece a una familia de proteínas muy conservadas que están presentes en especies filogenéticamente muy distantes. La tropomiosina, como alérgeno común a todos estos animales, es la base de las asociaciones entre la alergia a los crustáceos y moluscos entre sí, y con la alergia respiratoria a los ácaros. La reactividad cruzada clínica es muy frecuente entre los diferentes crustáceos dada su elevadísima homología o semejanza (alrededor del 98%).

- **LA GAMBA ROJA** Hasta la actualidad se han identificado varios alérgenos de la gamba. La gamba es el crustáceo más estudiado y el primero en el que se caracterizó su alérgeno principal: Pen a 1, una tropomiosina, que se detecta en aproximadamente el 80% de los pacientes alérgicos a las gambas y se considera que pen a 1, extraído de (*Penaeus aztecus*), es también representativo de otros tropomiosinas de gamba. Como particularidad de la gamba destacar que es uno de los crustáceos que más se ha relacionado con patología respiratoria (manifestada con clínica de rinitis y asma).

- **REACTIVIDAD CRUZADA:** (Centollo, la pierna aserrada, el carabinero, la cigala, el cangrejo, el cangrejo de fonera, el cangrejo de río, el cangrejo real, el centollo fonera, el cangrejo de arroz seco, la cigala, la galera, la gamba, la gamba blanca, la gamba roja, el gambón, la langosta, la langosta blanca, el langostino, el bogavante, el "santiaguíño", el buey de mar, la cabra de mar y la nécora, entre otros).

- **ALERGIA A LA VERDURA O HORTALIZAS** Las hortalizas, al igual que el resto de vegetales, contienen una elevada cantidad de proteínas responsables de ocasionar los síntomas alérgicos. Sabemos que las hortalizas contienen unas proteínas que se asocian al citoesqueleto de un gran número de plantas y que participan en la forma y el movimiento de las células del mundo vegetal. Estas proteínas se denominan profilina y son las responsables del fenómeno de reactividad cruzada entre fruta, hortalizas y pólenes. Las hortalizas también pueden producir síntomas gastrointestinales debido a su efecto lectina y no a mecanismos mediados por anticuerpos IgE. Hay que tener en cuenta que la capacidad de producir alergia de las verduras y hortalizas varía según se coman crudas o cocidas. Esto se debe a que la mayoría de proteínas alergénicas de este grupo de alimentos son sensibles al calor por lo que es posible que, según el perfil de sensibilización individual de cada paciente, en algunos casos se pueda tolerar la hortaliza cocida y no cruda. La asociación entre alergia a los pólenes y alergia a hortalizas y verduras es muy frecuente y se debe a la existencia de proteínas comunes. Otras proteínas capaces de inducir reacciones alérgicas dentro de las hortalizas son el grupo de proteínas de defensa vegetal localizadas sobre todo en la superficie de la piel con el fin de cumplir con la misión que su propio nombre indica: la defensa del vegetal.

- **AJO** No es aconsejable la ingesta de ajo durante la lactancia ya que los sulfóxidos pueden acceder a la leche materna y darle un sabor desagradable aunque no se conoce en detalle cómo puede afectar al lactante. Se han descrito reacciones alérgicas debido al ajo tanto en forma de lesiones cutáneas (dermatitis y / o urticaria) como en forma de manifestaciones sistémicas (rinitis y / o asma). Se ha descrito reactividad cruzada entre el ajo, la cebolla, los espárragos y los guisantes.

- **PIMIENTA DE CAYENA**

- **REACTIVIDAD CRUZADA:** Solanaceae (berenjena, pimienta de cayena, guindilla o pebrina, chile, patata, pimiento (rojo, verde y amarillo), tabaco y tomate, tamarillo, pimiento, pimiento del Padrón).

- **ACEITE DE OLIVA**

- **BRANDY** Los alérgicos a las uvas deberán consultar a su médico especialista alergólogo sobre su posible tolerancia. Se han descrito reacciones alérgicas por su ingesta así como reagudizaciones asmáticas.

ESTOS ALIMENTOS PUEDEN CONTENER TRAZAS DE: CRUSTÁCEO, SULFITOS