

9 de Abril 2014

“ES MÁS FRECUENTE ENCONTRAR A PERSONAS CON HISTAMINOSIS POR SENSIBILIZACIÓN A ALIMENTOS QUE POR DÉFICIT DE DAO”

El Dr. Oscar Cáceres, alergólogo e inmunólogo clínico y director médico de la Unidad SHC Medical del Hospital Viamed Santa Ángela de la Cruz, de Sevilla, desmonta el mito bastante consagrado en la sociedad actual de que la histaminosis por déficit de DAO es el único mecanismo de elevación de la histamina (histaminosis).

La **histamina** es una sustancia que desempeña un papel fundamental en nuestro organismo. Regula un sin fin de funciones fisiológicas actuando a través de los distintos receptores para la histamina que presentan todos los órganos y tejidos de nuestro cuerpo. **Por diferentes causas, en algunas personas se produce una elevación mantenida de esta sustancia. A este estado se le denomina Histaminosis.**

Según su origen la histaminosis puede clasificarse en **exógenas**, cuando la histamina viene de fuera del cuerpo y **endógenas**, cuando la histamina la produce el propio cuerpo.

EXÓGENAS	ENDÓGENAS
- Histaminosis tóxica	- Histaminosis aguda o de causa alérgica
- Histaminosis por déficit de su metabolismo (déficit de DAO)	- Histaminosis crónica

Dentro de las primeras estarían la histaminosis tóxica, cuando se comen alimentos en mal estado que contienen gran cantidad de histamina, y la histaminosis por déficit de su metabolismo, es decir, por déficit de la enzima DAO, lo que provocaría un exceso de aporte de histamina de la dieta ya que ésta no se eliminaría lo suficiente.

Dentro de las segundas se encuentran la histaminosis aguda o de causa alérgica, cuando se eleva la histamina por mecanismos inmunológicos alérgicos; y la histaminosis crónica, que sería un aumento lento y gradual de la histamina en el cuerpo, que es liberada por las células inmunológicas del

propio individuo cuando su sistema inmunológico se enfrenta a distintos estímulos a los que previamente es sensible. Entre esos estímulos está la alimentación.

LA HISTAMINA EN LOS PROCESOS CRÓNICOS

Según el Dr. Cáceres, **la histaminosis por déficit de DAO no es tan importante como la gente piensa**. “Es mucho más frecuente encontrarnos a personas con sensibilizaciones a alimentos que producen gran cantidad de liberación de histamina llegándoles a provocar una histaminosis crónica”. En palabras de este experto, **“en nuestra Unidad sólo un 26% de los pacientes con histaminosis tienen déficit de DAO, y de éstos, sólo el 7,6% tienen un déficit severo de DAO**, por lo que se demuestra que no es ni mucho menos la principal causa de histaminosis, además es muy difícil que un déficit leve o moderado de DAO haga que una persona tenga una histaminosis lo suficientemente importante como para producir síntomas crónicos”.

Por tanto, **la histaminosis crónica es el mecanismo más frecuente de elevación de la histamina**, “y generalmente en estos pacientes encontramos sensibilizaciones a alimentos, sustancias respiratorias o sustancias químicas que provocan esta elevación mantenida de la histamina”.

En la actualidad **cada vez se relaciona más a la histamina con procesos crónicos**. La disregulación de esta amina biógena puede jugar un papel determinante en el Síndrome de Sensibilidad Central, donde se vería afectado el sistema nervioso central, el inmunológico y el endocrino. La histaminosis crónica se relaciona con la aparición de síntomas como las **cefaleas o migraña, los dolores musculares o fibromialgia, los síntomas digestivos o colon irritable, la piel atópica y el cansancio o fatiga crónica**, entre otros. Hoy en día, concluye el Dr. Cáceres, se considera a la histaminosis crónica como el mecanismo de intolerancia alimentaria más frecuente.

Otros artículos de interés:

- [Diaminooxidasa o enzima DAO: aclarando conceptos](#)
- [Intolerancia a la histamina](#)

Para más información:

Prensa y comunicación: Carmen - 954 032 020

Email: shcviamed@gmail.com

Web: www.shcmedical.es