



Mira el video

## Alergia al huevo



### Descripción general

Esta alergia alimentaria es una respuesta del sistema inmunitario asociada al huevo. Ocurre cuando su sistema inmunitario reacciona ante las proteínas inofensivas del huevo como si fueran un peligro para su cuerpo. Vemos esta alergia más a menudo en los niños. Al crecer, muchos de ellos superarán la alergia al huevo, pero no todos.

### Síntomas

¿Qué sucede cuando una persona con esta alergia entra en contacto con el huevo? Bueno, puede tener una gran variedad de reacciones. El rostro, los labios, la boca o la garganta pueden hincharse. Es posible que presente manchas rojas en la piel. Le puede picar y salir urticaria. Puede presentar dolor de estómago, náuseas, vómitos o diarrea.

### Anafilaxia

Si la reacción es grave, es posible que tenga dificultad para respirar. Puede entrar en shock y perder el conocimiento. A esto lo llamamos "anafilaxia". Esta es una emergencia. Obtenga ayuda médica lo antes posible.

### Manejo de esta alergia

Para manejar la alergia al huevo, evite los huevos y todos los alimentos que contengan proteínas de huevo. Muchos alimentos entran en esta categoría, por lo que debe leer detenidamente las etiquetas de los alimentos. Si bien cosas como los pasteles, los waffles y los muffins pueden ser fuentes obvias, hay que tener cuidado con el huevo oculto donde uno no se lo espera. El huevo puede estar en los rebozados, glaseados, caldos para sopa y salsas. Puede estar en los malvaviscos, los pretzels y la pasta. Pida a su médico una lista completa.

### Otros consejos

Y, por último, tenga cuidado en la cocina. Mantenga los alimentos y los utensilios de cocina utilizados para preparar comidas sin huevo alejados de los otros. Sea precavido con los alimentos que han preparado otras personas. Y tenga presente que algunas vacunas contienen proteínas de huevo. Pueden no ser seguras para una persona con esta alergia. Para obtener más información, consulte con su médico.