

¿Tengo déficit de DAO?, significa que soy alérgico o intolerante a la histamina?

La histamina presente en los alimentos es metabolizada en el intestino por una enzima llamada Diaminooxidasa (DAO). La ausencia o inactividad de esta enzima produce una acumulación de la histamina plasmática que puede producir problemas intestinales, cutáneos y migraña.

La disminución del metabolismo de la histamina puede responder a factores tales como la genética del individuo, procesos patológicos intestinales, alimentos con exceso de histamina que sobrepase la capacidad de degradación o bien el uso de medicamentos o sustancias con reconocida capacidad de inhibición de la DAO.

En diferentes estudios se cita una incidencia de déficit en niños de un 4%, con sintomatología predominante como dolor abdominal crónico recurrente, vómitos y/o acompañados de migraña. Sin embargo el déficit genético primario no es el único responsable de esta alta incidencia, ya que lo más frecuente se halla en caso de lesión de la mucosa intestinal (el DAO puede quedar disminuido) conllevando un déficit secundario del mismo y afortunadamente transitorio. También una alteración de la flora intestinal puede producir este trastorno de manera transitoria

Todos los alimentos sometidos a fermentación o que hayan estado expuestos a contaminación microbiológica pueden contener histamina. Esta característica tiene particular importancia en el pescado, ya que las bacterias contenidas en su intestino provocan la transformación de la histidina (aminoácido esencial constituyente de las proteínas) en histamina. Algunos vegetales también tienen altos contenidos en histamina y otros alimentos como huevo, pescado, frutos rojos, tomate, chocolate, piña favorecen la liberación de histamina por determinadas células del organismo. Su ingesta desencadena los síntomas.

El diagnóstico de dicho déficit genético, secundario a lesión intestinal o alteración de la flora es hoy en día factible mejorando lógicamente y de manera espectacular los síntomas del paciente al efectuar una dieta adecuada.