

# ALERGIAS ALIMENTARIAS E INTOLERANCIAS

	Alergia Alimentaria IgE	Alergia Alimentaria IgG	Intolerancia a la Lactosa	Malabsorción de Fructosa	Intolerancia a la Histamina
Tiempo tras la ingesta	< 30 min	3 h – 3 días	30 min – 2 h	30 min – 2 h	30 min – 4 h
Duración	1 día	Hasta 3 días/ crónica	3 – 4 h	3 h – 2 días	3 – 16 h
<b>Cardiovascular</b>					
Hipertensión		x			
Hipotensión	x				x
Taquicardia	x	x			x
<b>Gastrointestinal</b>					
Plenitud abdominal		x	x	x	
Colicos		x	x	x	
Estreñimiento		x			
Enfermedad de Crohn		x			
Diarrea	x	x	x	x	x
Flatulencia		x	x	x	x
Intestino Irritable	x	x	x	x	x
Nauseas	x	x	x	x	x
Reflujo		x			
Dolor de estómago	x	x	x	x	x
Vomitos	x	x	x		x

**Nota:** Esta lista pretende resumir los posibles síntomas. Es un documento elaborado con fines informativos y no pretende reemplazar el consejo o tratamiento médico, o de un profesional de la salud.

# ALERGIAS ALIMENTARIAS E INTOLERANCIAS

	Alergia Alimentaria IgE	Alergia Alimentaria IgG	Intolerancia a la Lactosa	Malabsorción de Fructosa	Intolerancia a la Histamina
Tiempo tras la ingesta	< 30 min	3 h – 3 days	30 min – 2 h	30 min – 2 h	30 min – 4 h
Duración	1 día	hasta 3 días/ crónica	3 – 4 h	3 h – 2 días	3 – 16 h
<b>Mental</b>					
Ansiedad		x		x	
Depresión		x		x	
<b>Metabolismo</b>					
Resistencia a la insulina		x			
Sobrepeso		x			
Síndrome de malabsorción		x	x	x	
Síndrome metabólico		x			
Pérdida de peso			x	x	
<b>Otros</b>					
Shock anafiláctico	x				
Enfermedades autoinmunes		x			
Fatiga crónica		x			
Deficiencia crónica de hierro		Sangrado excluido			
Mareos	x	x	x	x	x
Agotamiento 2 h después de comer		x			

**Nota:** Esta lista pretende resumir los posibles síntomas. Es un documento elaborado con fines informativos y no pretende reemplazar el consejo o tratamiento médico, o de un profesional de la salud.

# ALERGIAS ALIMENTARIAS E INTOLERANCIAS

	Alergia Alimentaria IgE	Alergia Alimentaria IgG	Intolerancia a la Lactosa	Malabsorción de Fructosa	Intolerancia a la Histamina
Tiempo tras la ingesta	< 30 min	3 h – 3 días	30 min – 2 h	30 min – 2 h	30 min – 4 h
Duración	1 día	hasta 3 días/ cronica	3 – 4 h	3 h – 2 días	3 – 16 h
<b>Otros</b>					
Debilidad		x			
Infertilidad		x			
<b>Dolor</b>					
Dolor crónico articular		x			
Fibromialgia		x			
Dolor de cabeza	x	x	x	x	x
Migraña		x			x
<b>Respiratorio</b>					
Asma (crónica)	x	x			x
Rinitis crónica		x			
Dificultad respiratoria	x	x			x
Sequedad nasal		x			x
Rinitis	x				x
<b>Piel</b>					
Problemas de piel (eritema, picor)	x	x			x

**Nota:** Esta lista pretende resumir los posibles síntomas. Es un documento elaborado con fines informativos y no pretende reemplazar el consejo o tratamiento médico, o de un profesional de la salud.