

Datos personales

Sra.

D.N.I./I.P.F.: // Fecha Nacimiento :
Sexo:

Datos de envío

(URGENTE) **P01590151**

Sra.

Compañía

LABORATORIO ECHEVARNE S.A es el Responsable del tratamiento de los datos personales proporcionados bajo su consentimiento y le informa que estos serán tratados de conformidad con lo dispuesto en las normativas vigentes en protección de datos personales, el reglamento (UE) 2016/679 de 27 de abril de 2016 (GDPR), con la finalidad de gestionar los resultados de las pruebas clínicas solicitadas. Los datos se conservarán mientras exista una obligación legal y cuando ya no sean necesarias se suprimirán con medidas de seguridad adecuadas para garantizar la seudonimización de los datos o la destrucción total de los mismos. No se comunicarán los datos a terceros, salvo obligación legal. Asimismo, se informa que puede ejercer los derechos de acceso, rectificación, portabilidad y supresión de sus datos y los de limitación y oposición a su tratamiento dirigiéndose a LABORATORIO ECHEVARNE S.A en C/ Provença, 312 - bajos Barcelona 08037 (BARCELONA) o en el correo electrónico info@echevarne.com y el de reclamación a www.aepd.es



Nº Análisis
P01590151

Fecha toma de muestra

Fecha recepción

Fecha edición

PRUEBA

P01590151

RESULTADO

UNIDADES

VAL.DE REFERENCIA

DIAMINO OXIDASA (ACTIVIDAD)

Radioextracciónensayo (REA-3H)

RESULTADO.....	38,50	U/mL	(>12,54)
	198,00	HDU/mL	(>80,00)

Valoración:

Inferior a 3,74 U/mL (40 HDU): Alta incidencia de intolerancia a la histamina.

Entre 3,74 y 12,54 U/mL (40-80 HDU): Posible incidencia de intolerancia a la histamina.

Superior a 12,54 U/mL (80 HDU): Baja incidencia de intolerancia a la histamina.

Facultativos:

Conchita Balado
Sergio Cigarrán
Sandra Esteban

Gemma Ferrer
Sergio Fuentes
Carme Gomà

Marta Cecilia López
Sandra Nuri
Ana Pardo

Pilar Pelagio
Magda Pujols
Mª Carmen Rodríguez

Raül Santamaria
Nuria Segarra
Inés Valle

INFORMACIÓN GENERAL

La histamina presente en los alimentos es metabolizada en el intestino por una enzima llamada 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, ingesta excesiva de alcohol o el uso de medicamentos con reconocida capacidad de inhibición de la DAO.

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 como la berenjena o las espinacas también tienen altos contenidos de histamina y otros alimentos, como los crustáceos, pescado, huevos, fresas/frambuesas, tomates, chocolate, piña y alcohol favorecen la liberación de histamina por determinadas células del organismo.

RECOMENDACIONES PARA UNA DIETA LIBRE DE HISTAMINA

Como regla general, se consideran alimentos ricos en histamina las conservas y semiconservas de pescado, quesos madurados y fermentados, algunas verduras, los embutidos no cocidos, el vino y la cerveza.

A continuación presentamos en una tabla los alimentos permitidos y restringidos para seguir una dieta libre de histamina:

✓ Permitidos

X Restringidos

PRODUCTOS LÁCTEOS

Queso fresco

Leche
Yogurts
Quesos fermentados y secos
Lácticos preparados con alimentos a evitar

PAN Y FÉCULAS

Pan de trigo
Cereales sin aditivos
Avena
Bizcochos, pastas, arroces y pizzas elaboradas con alimentos permitidos

Pan y féculas hechas con colorantes, conservantes y levaduras artificiales
Pizzas industriales

LEGUMBRES

Legumbres
Soja
Judías pintas

Soja fermentada

FRUTAS Y VERDURAS

Vegetales frescos o congelados sin aditivos
Manzana, cebolla, frambuesa, melón, uva, uva pasa, pasas de corinto, dátil, nectarina mango, pera, sandía, albaricoque, melocotón, ciruela, arándanos

Berenjena, calabaza, espinacas
Tomate y productos con tomate
Col fermentada, Fresa, kiwi, limón, plátano, piña, naranja, papaya

CARNES, PESCADOS Y HUEVOS

Carnes recién cocidas y pollo
Yema de huevo
Pescado blanco

Pescado azul y marisco
Huevos preparados con ingredientes restringidos
Salsas preparadas con huevo crudo
Clara de huevo
Carnes preparadas industrialmente

DULCES

Azúcar
Miel
Mermeladas y confituras con ingredientes permitidos
Jarabes naturales
Gelatina

Productos hechos con colorantes, levaduras artificiales, conservantes, cacao, margarina, frutas restringidas, pasteles comerciales
Mermeladas hechas con los ingredientes restringidos
Jarabes fermentados
Dulces y pasteles comerciales
Decoraciones de pasteles
Chocolate y cacao

BEBIDAS

Café
Té
Mosto

Bebidas destiladas
Bebidas carbonatadas (excepto agua), cerveza, vino, sidra, bebidas alcohólicas

VARIOS

Aceites
Especias frescas o secas

Anís, canela, clavo, curry, paprika picante
Glutamato
Mantequillas
Nuez moscada
Los alimentos de etiqueta "con especias"
Comidas cocinadas o "sobras" de comida
Alimentos con aromatizantes o aderezos
Salsa de soja, preparadas o comerciales (Kétchup)
Grasas elaboradas o con conservantes