

RESUMEN PONENCIA DEL X CONGRESO DE SAEIA

DR. FELIX LOPEZ ELORZA

El objetivo de esta intervención es la actualización de los trabajos desarrollados en el seno de la SAEIA por todos los profesionales que han participado de este conocimiento.

Como ya hemos expresado en intervenciones anteriores, todo comenzó cuando en 1978 montamos en nuestro laboratorio la liberación específica de histamina para diagnósticos alergológicos más avanzados y nos encontramos con que había enfermos no alérgicos con liberaciones positivas a ciertos alimentos y que los síntomas eran diferentes a los alérgicos. La interpretación de esto nos llevó dos años de trabajo, pero había tres cosas claras:

- 1- Disponíamos de unos síntomas crónicos ajenos a los alérgicos.
- 2- Teníamos alimentos positivos por liberación de histamina.
- 3- Cuando suprimíamos los alimentos positivos detectamos cambios favorables en los síntomas del enfermo.

Esto nos llevó a sospechar que lo que teníamos delante era un nuevo conocimiento sobre un mecanismo de liberación de histamina no alérgico y desencadenado por alimentos, por lo que lo llamamos histaminosis alimentaria no alérgica (HANA).

Nuestro esfuerzo desde 1980 se centró en ir caracterizando síntomas y alimentos responsables y en ir adaptando los protocolos asistenciales para tener el mejor rendimiento. A estos enfermos los seguíamos muy minuciosamente, lo que nos permitió establecer plazos predictivos de evolución, así como diseñar los protocolos asistenciales más útiles.

En 2006 Bachelet y cols. (26 años más tarde) publicaron el mecanismo de liberación de histamina no alérgico y, tal como lo publicaron, encajaba completamente con la experiencia acumulada por nosotros en estos veintiséis años.

Los detalles de esta historia se resumen de diapositivas que realmente son muy intuitivas para seguir la ponencia.

El momento actual, y tras la interpretación de los datos obtenidos, nos lleva a pensar que la molécula de histamina es avisadora de nuestro grado de adaptación al medio donde vivimos y que su presencia en exceso es el aviso de que algo va mal y de que hemos de establecer las medidas correctoras.

Respecto al progreso en los conocimientos de la enfermedad, también sabemos que estarán en función de lo que avancemos en el conocimiento del tubo digestivo.



RESUMEN DE LOS AVANCES ASISTENCIALES Y ACTIVIDADES DE LA SAEIA EN LOS ÚLTIMOS DIEZ AÑOS.

Dr. Félix López Elorza
Presidente de la SAEIA



Los inicios...



SAEIA nació con un buen conocimiento

SAEIA

Año 2008

Muchos síntomas

Modelos de evolución

Buena evolución del 65% al 96%

Se consolida el protocolo asistencial

Atención a los afectados:

- Clínica-especializada
- **Social**
- **Alerta a productores de alimentos y restauradores**

SAEIA agrupa a todos los implicados: PROFESIONALES, AFECTADOS, PRODUCTORES DE ALIMENTOS Y RESTAURADORES.

SÓLO COMPARTIENDO CONOCIMIENTO PODEMOS IR AVANZANDO.

X CONGRESO
DE LA SOCIEDAD ANDALUZA PARA
EL ESTUDIO DE INTOLERANCIAS
ALIMENTARIAS



SAEIA

Año 2008

Nuestros fines

SAEIA SE CONSTITUYE EL 30 DE MARZO DE 2008 AL AMPARO DEL ARTÍCULO 22 DE LA CONSTITUCIÓN, LEY ORGÁNICA 1/2002 DEL 22 DE MARZO.

Artº. 6: FINES

1. Agrupar a todos los profesionales sin distinción (científicos, productores o distribuidores de alimentos y afectados), interesados en el conocimiento científico y el manejo de las enfermedades ocasionadas por la ingesta de alimentos.
2. Facilitar el intercambio de información científica y educativa, necesaria para prevenir, diagnosticar y recuperar la salud de las personas que puedan estar afectadas por intolerancia alimentaria.
3. Establecer directrices y divulgarlas para poder ayudar a mejorar la calidad de vida de las personas afectadas.

X CONGRESO
DE LA SOCIEDAD ANDALUZA PARA
EL ESTUDIO DE INTOLERANCIAS
ALIMENTARIAS



SAEIA agrupa a todos...

1. Agrupar a todos los profesionales sin distinción (científicos, productores o distribuidores de alimentos y afectados), interesados en el conocimiento científico y el manejo de las enfermedades ocasionadas por la ingesta de alimentos.



60 socios

Año 2008



>2150 socios



Año 2019

Número actual de socios/as de la SAEIA:

• Afectados	1673
• Profesionales (médicos, dietistas, otros)	413
• Productores de alimentos	44
• Restauradores	22

Lo estamos intentando, pero con diferente éxito

CONCLUSIÓN: salvo alguna excepción, mientras no bajen las ventas no se preocupan del problema: **no ven el futuro.**

X CONGRESO
DE LA SOCIEDAD ANDALUZA PARA
EL ESTUDIO DE INTOLERANCIAS
ALIMENTARIAS



SAEIA facilita el intercambio de información...

2. Facilitar el intercambio de información científica y educativa, necesaria para prevenir, diagnosticar y recuperar la salud de las personas que puedan estar afectadas por intolerancia alimentaria.



Intercambio de conocimiento: **hemos realizado 10 Congresos**

X CONGRESO
DE LA SOCIEDAD ANDALUZA PARA
EL ESTUDIO DE INTOLERANCIAS
ALIMENTARIAS



I CONGRESO

19 de junio de 2010
C.V. Tejar del Mellizo (Sevilla)

I CONGRESO DE LA SOCIEDAD ANDALUZA PARA EL ESTUDIO DE INTOLERANCIAS ALIMENTARIAS (SAEIA)

SEVILLA

19 de Junio de 2010

- Bases celulares de la Histaminosis Alimentaria no Alérgica (HANA).
- Puesta a punto de todos los síntomas conocidos hasta la fecha.
- Presentación de los acúfenos como síntoma nuevo. (Dr. M.A. López)



II CONGRESO

18 de junio de 2011
Auditorium de la C.E.C. (Cádiz)

II CONGRESO DE LA SAEIA

18 de Junio de 2011

Cádiz



- **Histaminosis, abortos de repetición e infertilidad femenina.** (Dr. Navarro)
Desde que implantamos el protocolo de infertilidad hemos conseguido más de trescientos nacimientos. Lo más importante es que podemos saber si las personas son candidatas de una forma predictiva.
- **Mesa Redonda: Alimentos más seguros.**
Empezamos a presentar la problemática de las proteínas lácteas y su responsabilidad en la histaminosis.

HORECA presentó un programa experimental de gran utilidad en la restauración y que se aprovechó para la histaminosis alimentaria.



PLAYA VICTORIA



III CONGRESO

20 de octubre de 2012
Auditorium de la C.E.C. (Cádiz)



- **Histaminosis recidivante.** (Dra. Isabel Pajares)
- **Mesa Redonda: Avances en Histaminosis Alimentaria No Alérgica**
Problemática de la Dieta Terapéutica: Evidencia de mejores resultados de las dietas profesionales con respecto a las realizadas según criterios del paciente.
- HORECA presenta su programa a punto final.



IV CONGRESO

9 de noviembre de 2013
C.C. Torre del Agua (Sevilla)



- **Avances en Histaminosis y Sistema Nervioso.** (Dr. De las Morenas)
- **Mesa Redonda: El Pan que comemos y el Pan que necesitamos.**



V CONGRESO

8 de noviembre de 2014

Teatro Hogar V. de los Reyes (Sevilla)



- **Actualización sobre Histaminosis, situación actual y nuevas perspectivas.** (Dr. López Elorza)
Resumen y actualización de lo conocido hasta ahora.
- **Mesa Redonda: Revisión de algunos aspectos sobre la Leche.**
 - El consumo humano de leche. (Dr. Rebollo)
 - Histaminosis e intolerancia a la lactosa: nuestra experiencia. (Dr. JM Mesa)
 - Los lácteos en la población pediátrica. (Dr. F Argüelles)
 - Osteoporosis y remodelamiento óseo. (Dr. JM Guerrero)
 - Problemática nutricional para preparar dietas exentas de lácteos. (Dña. M Zudaire)



VI CONGRESO

7 de noviembre de 2015

Teatro Hogar Virgen de los Reyes (Sevilla)



- **Protagonismo del tubo digestivo en la Histaminosis alimentaria no alérgica (HANA).** (Dr. JM Mesa)
- **Mesa Redonda: Distintos aspectos del síndrome de Histaminosis alimentaria no alérgica (HANA).**
 - Celiacúa e Histaminosis: nuestra experiencia (Dra. M López)
 - Abordaje integral del enfermo con HANA. (Dra. I Pajares)
 - Nuestra experiencia como afectados de HANA (Dña. A Rodulfo y D. R Sánchez de la Mata)
Presentación del libro "Cocinando con Histaminosis".



VII CONGRESO

5 de noviembre de 2016
Teatro Hogar V. de los Reyes (Sevilla)



- **Atención psicológica del paciente con Histaminosis. Importancia del apoyo psicológico a pacientes con HANA.** (Dra. A Rosales)
- **La Placenta, el primer nutriente. Investigación sobre un mecanismo adaptativo en la especie humana.** (Dr. SL Sánchez)
- **Histaminosis e infertilidad: una experiencia personal.** (D. F Pérez)
- **Productos de especial interés para pacientes con HANA.** (D. M Lacunza)



VIII CONGRESO

11 de noviembre de 2017
Teatro Hogar V. de los Reyes (Sevilla)



- **Evolución genética de los trigos panificables para el consumo humano.** (Prof. F Barro)
Ponencia sobre los diferentes tipos de trigo y su nula repercusión en el aumento del número de enfermos.
- **Importancia de los métodos de panificación para la salud humana. Concepto de "Pan saludable".** (D. J Pastor)
Diferencias entre un método de panificación industrial y otro de fermentación lenta. Concepto de *pan saludable* y criterios elementales para identificarlo.
- **HANA y celiacía. Actualizaciones de nuestra experiencia.** (Dra. M López)
Los diagnósticos de celiacía o SGNC son insuficientes cuando los pacientes presentan síntomas histamínicos.
- **HANA y enfermedades autoinmunes. Nuestra experiencia.** (Dra. Y Tordecilla)
Hipotiroidismo autoinmune.



IX CONGRESO

10 de noviembre de 2018
Teatro Hogar V. de los Reyes (Sevilla)

- **Histaminosis y obesidad.** (Dr. JM Mesa)
- **Evolución de la alimentación en los últimos cien años.** (Dr. F Rebollo)
- **Neuroinflamación y neurodegeneración: envejecemos como comemos.** (Dr. E Gómez-Utrero)
- **Histaminosis y personas altamente sensibles (PAS).** (Dra. I Pajares)



Resumen de estos diez años (I)

En estos diez años hemos desarrollado **40 ponencias** donde se ha explicado:

- **Mecanismos fisiopatológicos** de la histaminosis.
- **Abundantes síntomas** que permiten el diagnóstico clínico.
- **Alimentos responsables** con **modelo progresivo** de estudio.
- **Modelos de evolución** en ocasiones predictivo.
- **Mejoría** en el 95-96% de los enfermos.
- **Influencia de otros factores** ajenos a los alimentos.
- **Vamos siguiendo cuidadosamente procesos autoinmunes** y ya tenemos información clara de tiroiditis autoinmune, hepatopatías, polimialgias...
- **Sabemos de una forma predictiva** la causa de **abortos de repetición e infertilidad** habiendo nacido ya más de trescientos niños.



Resumen de estos diez años (II)

Siguiendo el protocolo:



Hemos roto la barrera de algunos otros diagnósticos como:

S. Sjögren, fibromialgia, fatiga crónica, colon irritable, polimialgias...

- Sabemos que un diagnóstico de **intolerancia a la lactosa** o de **celiaquía** con síntomas histamínicos es **insuficiente**.
- Sabemos que al mes de tto. tienen que quedar resueltos los problemas digestivos y, si no es así, hemos de investigar las causas sin pérdida de tiempo.

X CONGRESO
DE LA SOCIEDAD ANDALUZA PARA
EL ESTUDIO DE INTOLERANCIAS
ALIMENTARIAS



Resumen de estos diez años (III)

Respecto a los alimentos, hemos aprendido mucho en estos diez años:

- Siempre aconsejamos dietas realizadas por profesionales.
- Desde el año 1981 ya sabíamos que la leche era el alimento más frecuente y en el 1983 sabíamos que era positiva en el 92% de los afectados (y no era la lactosa).
- Se presentó en el V Congreso un trabajo de Histaminosis e intolerancia a la lactosa.

Observamos que el trigo, que era positivo en el 40% de los pacientes, pasó en 5-6 años a ser positivo en el 62% de ellos. Esto no ocurría con el resto de los alimentos.

Empezamos a estudiar este problema...



X CONGRESO
DE LA SOCIEDAD ANDALUZA PARA
EL ESTUDIO DE INTOLERANCIAS
ALIMENTARIAS



El problema del pan

Hicimos un grupo de trabajo:



- **Dr. Francisco Barro Losada** - *Instituto de Agricultura Sostenible del CSIC (Córdoba). Experto en cereales.*
- **D. Jorge Pastor Moreno** - *Director de Investigación y Desarrollo de Panishop y Presidente del Club Reichemont España (Zaragoza)*
- **Dr. Félix López Elorza** - *Laboratorio Lab-Sur (Sevilla)*

- Las conclusiones se expusieron en el VIII Congreso de SAEIA, donde participaron ambos expertos.
- Quedó muy claro que la **problemática** del pan aparece con los panes industriales de casi nula fermentación.
- Hemos unido esfuerzos y estamos divulgando el **pan de fermentación lenta con masa madre** como **pan saludable**.
- Pensamos que la **revolución del pan** ya ha empezado.

X CONGRESO
DE LA SOCIEDAD ANDALUZA PARA
EL ESTUDIO DE INTOLERANCIAS
ALIMENTARIAS



Hemos aprendido y podemos aconsejar que:

- Tenemos que comer platos con **pocos componentes**.
- Los alimentos han de estar lo **menos apartado** de la naturaleza posible.
- Siempre es malo tomar **componentes alimentarios de síntesis**.
- Somos **excesivamente voraces**.
- Preferiblemente **alimentos frescos**.

X CONGRESO
DE LA SOCIEDAD ANDALUZA PARA
EL ESTUDIO DE INTOLERANCIAS
ALIMENTARIAS



Divulgación del conocimiento

- Nunca hemos divulgado nada hasta estar **muy seguros** y siempre suele ser opinión colegiada.
- Resaltaremos :
 - 10 Congresos.
 - 12 programas de radio (colgados en la web de SAEIA).
 - 4 capítulos de libros.
 - 5 publicaciones.
 - 42 intervenciones en eventos organizados por otros colectivos nacionales e internacionales.
 - Muchas entrevistas en prensa, radio y televisión.
 - Publicaciones de noticias en nuestra web.
 - Las redes sociales han estado siempre muy activas con nuestras noticias. Las intervenciones sobre el pan se han hecho todas virales (>10 millones de visitas, grabaciones en chino e italiano...).
 - Nuestro apoyo a la corriente del *pan saludable* ha sido incondicional.

X CONGRESO
DE LA SOCIEDAD ANDALUZA PARA
EL ESTUDIO DE INTOLERANCIAS
ALIMENTARIAS



SAEIA: Divulgación del conocimiento...



X CONGRESO
DE LA SOCIEDAD ANDALUZA PARA
EL ESTUDIO DE INTOLERANCIAS
ALIMENTARIAS



Divulgación del conocimiento: FRACASOS

- **AFECTADOS:**
 - Hemos hecho esfuerzos “limitados” por divulgar el problema.
 - La seguridad de la información ha primado respecto a la divulgación.
 - Los congresos siempre son libres.
- **PRODUCTORES DE ALIMENTOS:**
 - El *problema del pan* está en vías de solución; sólo queda insistir más.
 - Respecto a *los lácteos*, los productores no han tenido el más mínimo interés en el problema y lo hemos intentado tres veces. Tenemos el problema cuantificado, pero no sabemos las causas, aunque las intuimos.
- **RESTAURADORES:**
 - Es el colectivo con el cual hemos sido más espléndidos, pero en líneas generales ha sido el más desagradecido, salvo raras excepciones.
 - Sabemos que hasta un 23% del colectivo de afectados se retira de salir a comer fuera.
 - Tienen falta de formación, nos hemos ofrecido a impartirla sin ningún interés.
 - Sólo tienen una somera información de celíacos, intolerantes a la lactosa y alérgicos.



Protocolo de atención: lo que hemos aprendido

PROFESIONALES:

- La atención a los enfermos requiere una formación específica en histaminosis, no se estudia en programas docentes reglados, excepto en cursos específicos dentro de la libertad de cada profesional.
- Respecto a la HANA, ha de conocer:
 - Bases moleculares y celulares de la enfermedad.
 - Listado de los síntomas y mecanismos que los ocasionan.
 - Establecer un pronóstico de recuperación.
 - Explicación clara y amplia al enfermo de su enfermedad.
 - Evidenciar que sin su voluntad no es posible la ayuda.

AFECTADOS:

- Cuando debutan vienen entre la desesperación y la expectación y con un consumo alto de fármacos.
- Frecuentemente, un poco defraudados de la asistencia y el peor de los escenarios es cuando vienen con *dietas mutiladas* sin criterios.
- También suelen venir con malos hábitos culinarios .

Es MUY IMPORTANTE explicar todo lo que pensamos y porqué.



Retos actuales

- Los enfermos acuden con un **concepto muy simplista** de su enfermedad:
 - Vienen reclamando el estudio analítico para ver qué alimentos han de quitar.
 - En parte alimentado por una *propaganda* simplista e interesada.
 - Generalmente termina en fracaso y aumenta su escepticismo.
- Los **tratamientos**, por lo general, no van acompañados de medicamentos tradicionales.
 - Aumenta el escepticismo porque estamos acostumbrados a una atención sintomática y no causal.
- El hecho de que una **transgresión** ocasional de la dieta a veces no conlleve la aparición de síntomas, da una falsa confianza al enfermo y provoca frecuentes **recaídas**.



PRINCIPIO Y FIN DEL CAMINO

- . 1979- PRETENDIAMOS MONTAR BUENAS TECNICAS PARA DIAGNOSTICO ALERGOLOGICO
- . 1980- ENTRAMOS EN EL MUNDO DE LA HISTAMINA
- . 1981- SOSPECHAMOS UN MECANISMO DE LIBERACION DE HISTAMINA NO ALERGICO
- . 1981 Y SIGUIENTES COMENZAMOS A CARACTERIZAR LA HISTAMINOSIS NO ALERGICA CON SINTOMAS -FUE UN TRABAJO APASIONANTE EN EL CUAL COLABORARON MUCHAS PERSONAS
- . 2006- PUBLICAN OTROS AUTORES LAS BASES CELULARES Y MOLECULARES DE LIBERACION DE HISTAMINA NO ALERGICA Y ESTO EXPLICA TODO LO QUE VENIAMOS OBSERVANDO- EL SINDROME QUEDA CARACTRIZADO-
- . 2009- CREAMOS « SAEIA « COMPRENDIMOS QUE EL PROBLEMA LO TENIAMOS QUE AFRONTAR JUNTOS AFECTADOS, FACULTATIVOS Y PRODUCTORES DE ALIMENTOS- « SAEIA « TENIA QUE SER EL FORO ADECUADO PARA AUNAR ESFUERZOS .
- . X CONGRESOS



PRINCIPIO Y FIN DEL CAMINO

- 1979- planteamos la histamina para estudios alergologicos
- 1981- Sospechamos un mecanismo no alérgico de liberación y comenzamos a Relacionar síntomas con este modelo de liberación
- 2006- Se describen las bases moleculares y celulares de la histaminosis no alergica
- 2018- Durante el IX congreso, la Dra Isabel Pajares presenta la relación entre histaminosis y personas altamente sensibles (PAS)
- 2017- La Dra. Eva Navascues (enóloga del Pago de Carrovejas) publica la progresiva elevación de la histamina en vinos y observa la proliferación de bacterias mas histaminérgicas en relación con el estrés hídrico.

COMO INTERPRETAMOS ESTO

X CONGRESO
DE LA SOCIEDAD ANDALUZA PARA
EL ESTUDIO DE INTOLERANCIAS
ALIMENTARIAS



PRINCIPIO Y FIN DEL CAMINO

SERÁ LA MOLECULA DE HISTAMINA UN AVISADOR DE ADAPTACION DEL INDIVIDUO AL MEDIO DONDE VIVE ?

LA RELACIÓN DE UNA PERSONA CON EL MÉDIO TIENE TRES VIAS:

- LO QUE RESPIRA
- LO QUE COME
- EL AMBIENTE PSICOSOCIAL DONDE VIVE

VEAMOS

CUANDO LAS PERSONAS ESTÁ SOMETIDAS A UN AMBIENTE CON POLENES, HONGOS Y OTROS NEUMOALERGENOS ALGUNOS DE ELLOS MANIFIESTAN SU IMPOTENCIA Y TIENEN REACCIONES ALÉRGICAS LIBERANDO HISTAMINA (AVISADOR)-20 % DE LA POBLACION

SI POR CUALQUIER RAZON DETERIORAMOS EL TUBO DIGESTIVO, NO HACEMOS CORRECTAMENTE LA DIGESTION DE ALGUNAS PROTEINAS OCASIONADO LIBERACIONES DE HISTAMINA NO ALEGICAS (AVISADOR) Y ESTO CONLLEVA MULTITUD DE SINTOMAS COMO YA HEMOS EXPUESTO INCLUYENDO ABORTOS DE REPETICION E INFERTILIDAD.

LAS PERSONAS ALTAMENTE SENSIBLES (PAS) TIENEN N NIVEL DE RESPUESTA MUY ALTO A SITUACIONES PSICOSOCIALES NORMALES MANIFESTANDO SINTOMAS HISTAMINICOS (AVISADOR)

PROBLEMAS DE TOXICIDAD

X CONGRESO
DE LA SOCIEDAD ANDALUZA PARA
EL ESTUDIO DE INTOLERANCIAS
ALIMENTARIAS



PRINCIPIO Y FIN DEL CAMINO

EN OTRA ESPECIE COMO LA VID AVISA DEL ESTRÉS HIDRICO PREDOMINANDO LAS BACTERIAS HISTAMINERGICAS SOBRE LAS NO HISTAMINERGICAS (AVISADOR)

POSIBLEMENTE EN UN FUTURO LLEGUEMOS A LAS MISMAS CONCLUSIONES EN MODELOS DIFERENTES TANTO EN LA ESPECIE HUMANA COMO EN OTRAS.

CONCLUSION:

PENSAMOS QUE LA HISTAMINA ES UN BUEN MARCADOR DE ADAPTACION AL MEDIO PERO APARECERAN MAS SITUACIONES QUE CORROBOREN MAS ESTA AFIRMACION.

FUTURO:

HAY QUE PROFUNDIZAR MAS EN EL CONOCIMIENTO Y ASISTENCIA DE LA BIOTA INTESTINAL Y SABER TRASMITIR LA PREVENCION QUE SE PUEDE HACER EN EL DIA A DIA

