

La adición de vinagre disminuye la respuesta alérgica a las lentejas y al huevo

Las costumbres culinarias castellanas pueden ser beneficiosas para la salud. Es el caso de la adición de vinagre a la legumbre durante su cocción, una práctica habitual en las cocinas más tradicionales que, según han comprobado científicos del Hospital Río Hortega de Valladolid, disminuye la respuesta alérgica a estos productos y también a otros como el huevo. Alicia Armentia, de la Sección de Alergia del centro hospitalario, ha dirigido este trabajo que ha sido publicado recientemente en la revista *Allergologia et Immunopathologia*.

DiCYT

7/4/2010 14:25 CEST



Huevo.

Los investigadores ya habían detectado cómo los alérgicos al huevo, quienes tampoco toleran el pollo, sí que pueden ingerir esta carne cuando se encuentra escabechada. Para examinar una posible disminución de la respuesta alérgica a estos potentes alérgenos alimentarios, como son las lentejas, el huevo y el pollo, incluyeron en un estudio a siete pacientes que habían sufrido anafilaxia como consecuencia de la ingesta de estos

productos, una reacción inmunológica severa en todo el cuerpo que supone una de las complicaciones más graves en el área de las alergias.

Según Alicia Armentia, el vinagre “altera” el pH gástrico (el grado de acidez), lo que mejora la función de la digestión y reduce el riesgo de alergia a los alimentos. “Igual que los antiácidos que tomamos rebajan el nivel de ácido y producen que la pesina, un enzima que está en el estómago, no actúe bien, alcalinizar el medio ácido del estómago es malo para la alergia digestiva porque los alérgenos pasan libremente”, asegura la experta, quien subraya que al codificarlo con vinagre “se transforma la alergenidad”.

Aceite de soja en genéricos

El trabajo parte de otro relacionado con la adición de aceite de soja en medicamentos genéricos, en concreto en algunas marcas de omeprazol (fármaco que se emplea para tratar ciertas condiciones en las que hay demasiado ácido en el estómago), estudio en colaboración con el doctor Antonio Dueñas, jefe del Servicio de Toxicología del hospital.

“Vimos que a los alérgicos a soja el omeprazol les producía anafilaxia”, detalla Armentia, al tiempo que señala que ante esta situación se pueden hacer dos cosas. Por un lado administrar el alérgeno y bloquear el ácido del estómago que lo estropea, lo que lo hace “aún más alérgico”; y por otro “añadir un ácido” que podría disminuir la alergenidad, un hecho que comprobaron en la prueba cutánea realizada a los sujetos bajo estudio.

Mientras que en las inmunodetecciones realizadas con extracto de lentejas con vinagre apenas se localizan proteínas alérgicas, las que no llevan vinagre cuentan con una detección de estas proteínas “grande”.

Derechos: **Creative Commons**

Creative Commons 4.0

Puedes copiar, difundir y transformar los contenidos de SINC. [Lee las condiciones de nuestra licencia](#)

