

Alergias a ciertos alimentos (Food Allergies)

[Locutor] Este podcast es una presentación de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades.

[Mateo] ¡Hola chicos! ¡Bienvenidos al programa Kidtastics de los CDC! Soy Mateo, de Kidtastics. Hoy vamos a hablar de alergias a ciertos alimentos.

[Tomás] La alergia a ciertos alimentos ocurre cuando el cuerpo reacciona a ciertos alimentos como si fueran algo malo.

[Mateo] Hay ocho tipos de alimentos que causan la mayoría de estas alergias: Leche de vaca, huevos, cacahuates, pescado, mariscos, granos de soja, trigo y frutos secos, como nueces, almendras y castañas.

[Tomás] En algunas personas, la alergia a un alimento puede causar síntomas leves, como moqueo, sarpullido en la piel que causa picazón o sensación de cosquillas en la lengua o en los labios. En otras personas, la reacción puede ser más grave, como inflamación de la lengua y de la garganta, dificultad para respirar, vómitos o diarrea, sarpullido, tos o respiración que se escucha como un pitido, y mareo o desmayos. Los síntomas pueden ser tan repentinos y graves que una persona podría morir por comer ciertos alimentos.

[Mateo] Debido a que algunos niños tienen graves alergias a ciertos alimentos, es importante prestar atención a esto en la escuela.

[Tomás] Es posible que la maestra les diga que alguien en la clase tiene alergia a un alimento en particular. Como sabemos que unos niños pueden tener reacciones graves, necesitamos asegurarnos de que no se expongan a esos alimentos.

[Mateo] Sí. Entonces no debo darle la mitad de mi sándwich de mantequilla de cacahuete y mermelada a alguien que tenga alergia al cacahuete.

[Tomás] ¡Correcto! Es mejor que no compartas tu comida con nadie. Todos tenemos que ser buenos amigos y proteger a nuestros amigos y compañeros.

[Mateo] Gracias por escuchar este programa de Kidtastics de los CDC. Nos hablamos pronto. Y, ¡no se olviden de mantenerse seguros y saludables!

[Locutor] Para obtener más información de salud, visita www.cdc.gov/español o llama al 1-800-CDC-INFO, es decir 1-800-232-4636.