

Su guía para
el control de la
**esofagitis
eosinofílica (EoE)**



Asthma and Allergy
Foundation of America



Kids with Food Allergies



La esofagitis eosinofílica (EoE), es una condición alérgica o inmunológica crónica (a largo plazo) del esófago. Puede hacer que comer sea difícil y doloroso. La EoE afecta a personas de todas las edades, sexos, y orígenes étnicos. Aproximadamente 1 de cada 2,000 personas tiene EoE.¹

La EoE causa inflamación en el esófago. El esófago es el tubo que mueve la comida de su boca al estómago cuando traga. La EoE sucede cuando

un gran número de glóbulos blancos llamados eosinófilos se acumulan y dañan el revestimiento interno del esófago.

La EoE se debe posiblemente a una respuesta inmunológica a los alimentos. En algunos casos, los alérgenos ambientales (como polen, moho, ácaros del polvo, etc.) también pueden desencadenar la EoE. A veces, los desencadenantes no se identifican claramente.

Las señales y síntomas frecuentes de la EoE incluyen:

Bebés	Niños	Adultos
<ul style="list-style-type: none"> • Poco apetito y no querer comer • Tos mientras come • Reflujo que no mejora con medicamentos • Náuseas y vómito • Escupir arqueando la espalda (una señal de dolor) • Crecimiento deficiente, pérdida de peso, desnutrición 	<ul style="list-style-type: none"> • Problemas para tragar o sentir que la comida se ator • La comida se devuelve al esófago (regurgitación) con un reflujo que no suele mejorar con medicamentos • Náuseas y vómito • Llenarse pronto mientras come • Los niños mayores pueden tener dolor de pecho e impactación (la comida se queda atorada en el esófago) • Retraso en el desarrollo (crecimiento deficiente o pérdida de peso) • Dolor de estómago 	<ul style="list-style-type: none"> • Problemas para tragar • La comida se queda atorada en el esófago (impactación) • La comida se regresa al esófago (regurgitación) con un reflujo que no suele mejorar con medicamentos • Dolor de pecho • Acidez

1. EoE. (n.d.). American Partnership for Eosinophilic Disorders. Recuperado el 8 de mayo de 2023 de <https://apfed.org/about-ead/egids/eoe/>

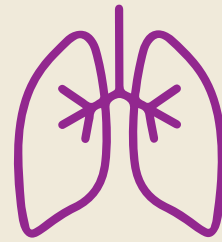
Cómo diagnosticar la EoE

La EoE no se puede diagnosticar solo con síntomas. Aunque su médico de atención primaria puede remitirlo a un especialista (en alergias o gastroenterología) para que evalúe sus síntomas, el diagnóstico formal de la EoE lo hace un gastroenterólogo (médico GI) usando una prueba llamada endoscopia gastrointestinal superior, o EGD. Es posible que se refieran a esta como un "endoscopio". Durante este procedimiento, el médico tomará fotografías y pequeñas muestras de tejido, o biopsias, del esófago (y posiblemente del estómago y el intestino delgado) para buscar eosinófilos.

La EoE puede ser difícil de diagnosticar por muchos motivos:

- Los síntomas pueden variar de persona a persona y entre grupos de edad.
- Es posible que las personas con EoE hayan aprendido a controlar sus síntomas. Pueden cortar la comida en pedazos más pequeños, beber líquidos cuando comen alimentos secos, retrasar comidas y evitar píldoras.
- También se pueden encontrar eosinófilos en el esófago por otras enfermedades.

Si la EoE no se trata, puede causar daños a largo plazo en el esófago. El tubo puede estrecharse y apretarse, lo que se conoce como estenosis, y puede dificultar tragar y pasar comida al estómago. Puede que sea necesario que un GI estire el esófago durante una endoscopia.



Condiciones relacionadas

Muchas personas con EoE también pueden tener una historia personal o familiar de alergias, asma, rinitis alérgica o eczema. Por lo general, estas condiciones son por una inflamación de tipo 2. Cuando tiene una inflamación de tipo 2, es posible que tenga más de una condición alérgica. No todas las personas con EoE tienen alergias como causas de la condición.

Si tiene más de una condición, es importante tratarlas todas para que pueda mantenerlas bien controladas y tener una mejor calidad de vida.

Un alergólogo puede ayudarlo a controlar sus condiciones alérgicas, incluyendo la EoE.

En promedio, toma de uno a cinco años diagnosticar la EoE. Por lo general, se diagnostican erróneamente al principio como condiciones relacionados a la enfermedad por reflujo gastroesofágico (llamada GERD o reflujo ácido), ansiedad o intolerancia a la lactosa.



Cómo tratar la EoE

No hay cura para la EoE, pero puede controlarla. Un equipo de profesionales médicos pueden trabajar con usted para ayudarlo a controlar la EoE:

- Alergólogo e inmunólogo
- Gastroenterólogo
- Médico de atención primaria (incluyendo pediatra o de medicina familiar)
- Enfermero
- Dietista
- Psicólogo, terapeuta o consejero

Su equipo de atención médica puede ayudarlo a establecer sus objetivos para el tratamiento. Es probable que incluyan:

- Ayudar a sanar el revestimiento del esófago
- Controlar los estrechamientos existentes ("estenosis") del esófago
- Prevenir o reducir el riesgo de complicaciones a largo plazo
- Mejorar los síntomas y la calidad de vida

La EoE se trata con una combinación de cambios en la dieta y medicamentos para controlar la inflamación



Dieta

A veces la comida puede desencadenar la EoE. Muchos niños y adultos con EoE responden bien a los cambios en su dieta. Las comidas secas o densas pueden ser difíciles de tragar hasta que sane el esófago.

Aunque la terapia de dieta es por lo general un tratamiento recomendado, no es el único tratamiento a considerar. Las dietas de eliminación pueden tener evidencia de efectos ligeramente más débiles que el uso de esteroides solos. La terapia de dieta debe considerarse con mucho cuidado en el contexto de su vida y sus preferencias sobre cómo quiere vivirla.



Dietas de eliminación

Hay diferentes versiones de dietas de eliminación que pueden implicar quitar uno, dos, cuatro o hasta seis grupos de alimentos de su dieta.

- Su médico puede ayudarlo a decidir si necesita una dieta de eliminación
- Ciertas personas con EoE mejoran después de quitar la leche de animal de su dieta
- Si los síntomas continúan después de quitar la leche, puede que la persona necesite evitar otros alimentos como el trigo, huevos, soja, maní/nueces de árbol y pescado/moluscos. Sin embargo, no hay evidencia de que solo eliminando la leche tenga mejores resultados que con una dieta de eliminación de 4 o 6 alimentos.

Dietas de fórmula elemental

En ciertos casos, se recomienda una eliminación de alimentos más extensa. En estos casos, la dieta se maneja con una fórmula especial no alergénica (un tipo de alimento médico). Esta se usa con más frecuencia en bebés muy pequeños o en niños y adultos con una enfermedad más grave.

- Se puede recomendar a personas con enfermedades graves o desnutrición
- Está hecha de aminoácidos especiales (bloques de construcción de proteínas) que ayudan a evitar las respuestas alérgicas
- Ofrece una nutrición completa mientras ayuda a controlar la EoE
- Puede administrarse por una sonda de alimentación a bebés, niños o adultos
- Algunos ejemplos incluyen Neocate®, EleCare®, PurAmino™, Alfamino™

Consulte la sección de recursos en la página 8 de esta guía para conocer dónde obtener información sobre fórmulas médicas para alergias alimentarias y EoE.



Nutrición con EoE

La nutrición es esencial para personas con EoE, especialmente los niños. Una mala nutrición puede afectar a las habilidades motoras orales, el crecimiento y desarrollo social. Puede trabajar con su médico para encontrar el mejor equilibrio entre el tratamiento, nutrición y calidad de vida.

Un dietista nutricionista registrado, especialmente uno especializado en alergias alimentarias o EoE, puede ofrecer ayuda. Lo ayudará a comparar la nutrición que usted o su hijo necesitan con los alimentos que usted o su hijo pueden comer. Esto ayudará a determinar si necesita ajustar la dieta (si es posible) o agregar suplementos o fórmula médica.

Es probable que trabajen juntos para crear un plan de comidas. El dietista debe darle ideas para las comidas, una lista de alimentos que puede comer y una lista de alimentos que debe evitar.

Pregunte a su médico si le puede recomendar un dietista. Si no, puede buscar uno: eatright.org/find-a-nutrition-expert

Retos con el control de la EoE:

Al 68% de las personas con EoE les resulta difícil seguir una dieta

Al 38% de las personas con EoE les resulta difícil encontrar cuidado y tratamiento eficaces

Fuente: Asthma and Allergy Foundation of America y American Partnership for Eosinophilic Disorders, (2023). Life with EoE: The Patient Experience and Opportunities to Improve Care in the U.S. recuperado de aafa.org/EoELife.

Medicamentos y tratamientos

Aunque los cambios en la dieta pueden ayudar, esta no es la única opción de tratamiento y no siempre es la opción de tratamiento elegida. Los medicamentos también pueden ayudar a controlar y reducir los síntomas asociados con la EoE. Algunos tratamientos también tratan la inflamación que causa la EoE. Estos son los tratamientos más frecuentes para la EoE:

Inhibidores de la bomba de protones (PPI)

En las directrices más antiguas para el tratamiento de la EoE se recomendaba hacer un ensayo con PPI (por hasta 8 semanas) antes de que se hiciera un diagnóstico. Estas recomendaciones han cambiado en los últimos años y esto ya no es necesario. PPI

- Son píldoras o medicamentos líquidos que reducen la producción de ácido en el estómago
- Tratan el reflujo ácido
- Pueden reducir los eosinófilos en el esófago (se pueden usar en niños de tan solo 1 año)
- Pueden controlar los problemas para tragar
- Por lo general se prueban primero antes que las dietas de eliminación o los tratamientos de esteroides porque este tratamiento está disponible sin receta
- Suelen ser seguros, pero su uso a largo plazo puede aumentar el riesgo de deficiencias nutricionales, infecciones intestinales o fracturas de huesos



Corticosteroides tópicos

Los corticosteroides ayudan a controlar la inflamación del esófago. A veces se puede disminuir la dosis a una cantidad menor una vez que la EoE está bajo control.

- Es el tratamiento con medicamentos más usado para la EoE
- A menudo se toman con un inhalador para el asma (fluticasone o budesonide) usando una técnica de “inhalar y tragar”
- También se pueden usar para hacer una mezcla espesa con el medicamento líquido que normalmente se usa en los nebulizadores y luego se traga para cubrir el esófago
- Se consideran seguros y se toman en dosis similares a las del asma; como cualquier esteroide, debe monitorearlos un médico por el riesgo más alto de adelgazamiento de los huesos, problemas de estado de ánimo, infecciones o diabetes

Dilatación esofágica

Con el tiempo, la EoE puede causar cicatrización en el revestimiento y un estrechamiento del esófago, dificultando el tragar. Dilatación:

- Ayuda a agrandar el espacio del esófago en personas con estenosis relacionadas a la EoE o problemas recurrentes para tragar, para que puedan tragar fácilmente
- Es un procedimiento que suele tolerarse bien
- Mejora los síntomas en casi nueve de cada 10 personas, pero no mejora el número de eosinófilos que causan la inflamación

Terapia biológica

Los agentes biológicos son un tipo de tratamiento que se enfoca en una célula o proteína específica para bloquear las vías de inflamación.

- La Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA) aprobó el uso de dupilumab (DUPIXENT®) en personas mayores de 12 años con EoE que pesen más de 88 libras
- Se indica como una posible terapia de primera o segunda línea
- DUPIXENT® viene en una jeringa precargada o autoinyector y lo administra un médico en el consultorio o se lo administra el paciente en casa
- Los efectos secundarios de dupilumab incluyen reacciones en el lugar de la inyección, infecciones respiratorias, dolor de articulaciones, conjuntivitis (infección de ojo o inflamación) e infecciones virales por herpes



Impacto y apoyo

Controlar la EoE puede significar quitar alimentos de su dieta o de la de su hijo, comprar fórmulas especializadas, controlar medicamentos y tratamientos y adaptar los planes sociales. Puede tener un impacto costoso en la salud social, emocional y económica. Esto puede reducir la calidad de vida. Las personas con EoE pueden sentirse ansiosas por aspectos como:

- Salud física
- Carga económica del tratamiento y las visitas al hospital
- El impacto en las relaciones y la vida social
- Faltar a la escuela o al trabajo por las citas médicas frecuentes

Entender la carga de la EoE y obtener apoyo puede ayudarlo a controlar el impacto. Con control, tratamiento y apoyo, las personas con EoE pueden vivir una vida completa.

Cómo controlar el estrés y la ansiedad

Es natural sentirse estresado y ansioso por el tratamiento de la EoE. Algunas maneras de controlar el estrés incluyen:

- Educar a las personas más cercanas a usted para que entiendan qué es la EoE, qué la causa y cómo pueden ayudar
- Hablar con su equipo de atención médica sobre el impacto y dónde encontrar recursos
- Hablar con un consejero o terapeuta si tiene problemas para lidiar con sus sentimientos o el estrés
- Consultar a un dietista especializado en alergias alimentarias o EoE
- Usar los recursos, la educación y el apoyo de una organización de defensa del paciente como la Asthma and Allergy Foundation of America (AAFA) and Kids with Food Allergies (KFA)

Cómo controlar la EoE en la escuela

Si su hijo tiene una EoE que se desencadena con la comida, puede trabajar con la escuela de su hijo para controlar su condición. Las escuelas quieren que su hijo tenga una educación de calidad en un ambiente seguro. Empiece hablando con el personal de la escuela de su hijo sobre cómo pueden ayudarlo a evitar los alimentos que desencadenan los síntomas de la EoE.

Todos los estudiantes con EoE deben tener un plan de atención médica en la escuela. Este plan lista los síntomas habituales de su hijo, los medicamentos y qué hacer si tiene síntomas. También puede indicar qué debe hacer el personal de la escuela para prevenir los síntomas.

Tres de los tipos de planes de atención médica escolares más comunes son:

- Plan de atención médica de emergencia (ECP)
- Plan de atención médica individual (IHCP o IHP)
- Plan de adaptación de la Sección 504 (también conocido como “plan 504”)

Los niños con EoE deben evitar comer sus alimentos desencadenantes. Muchas escuelas ya tienen políticas para controlar las alergias alimentarias y condiciones como la EoE. Colabore con la escuela para establecer un plan de atención médica escolar. Es una parte importante del plan de control de la EoE de su hijo. El plan de atención médica de su hijo puede incluir adaptaciones como:

- Asegurarse de que el personal de la escuela tiene una lista de alimentos seguros para su hijo
- Modificaciones para permitir que su hijo participe en excursiones y actividades extraescolares organizadas por la escuela
- Faltas sin penalización cuando están relacionadas con la EoE
- Privacidad y confidencialidad

Cómo encontrar apoyo

Es posible que el tratamiento médico y dietético por sí solos no sean suficiente para ayudarlo a lidiar con el estrés de controlar la EoE. Es importante que encuentre apoyo y recursos adicionales. Aquí hay varios recursos para ayudarlo a controlar la EoE:

Comunidad AAFA – aafa.org/join

Únase a nuestra comunidad de apoyo en línea para adultos con condiciones alérgicas, incluyendo la EoE, alergia al polen, asma y más.

Comunidad KFA – kidswithfoodallergies.org/join

Únase a nuestra comunidad de apoyo en línea para familias que controlan alergias alimentarias, EoE y condiciones relacionadas. Cuando se una a nuestra comunidad, también recibirá notificaciones sobre noticias, investigaciones, retiros de alimentos e información educativa para ayudarlo a controlar la condición de su hijo.

Fórmulas/alimentos médicos para las alergias alimentarias – kidswithfoodallergies.org/formula

Obtenga más información sobre los diferentes tipos de fórmula disponibles y sobre qué hacer si no puede pagar estos costosos alimentos de fórmula médica.

Zona escolar de KFA – kidswithfoodallergies.org/school

Encuentre información, recursos, folletos descargables y formularios que lo ayudarán a trabajar con la escuela de su hijo para controlar su EoE. Nuestra zona escolar también incluye recursos para el personal de la escuela y los profesores.

Recetas aptas para alérgicos de Safe Eats® – kidswithfoodallergies.org/recipes

Busque en nuestra colección de más de 1,500 recetas que pueden prepararse sin muchos de los alérgenos más frecuentes. Puede buscar según sus necesidades dietéticas o por categoría.

Alimentos aptos para alérgicos – kidswithfoodallergies.org/foods

Busque en nuestra colección de alimentos aptos para alérgicos de diferentes empresas de alimentos aptos para alérgicos. Puede buscar alimentos libres de sus alérgenos o por tipo de alimento.

Más información sobre la Asthma and Allergy Foundation of America (AAFA)

Fundada en 1953, la AAFA es la organización de pacientes sin fines de lucro más antigua y más grande dedicada a salvar vidas y reducir la carga de la enfermedad para las personas con asma, alergias y condiciones médicas relacionadas mediante la investigación, la educación, la defensa y el apoyo. La AAFA ofrece un amplio apoyo a las personas y familias afectadas por el asma y las enfermedades alérgicas, como las alergias alimentarias y la dermatitis atópica (eccema). Mediante sus comunidades de apoyo al paciente en línea, la red de sedes locales y los grupos de apoyo afiliados, la AAFA empodera a los pacientes y sus familias al darles información práctica basada en evidencia y programas y servicios de la comunidad. La AAFA es el único grupo de defensa de pacientes con asma y alergias que está certificado para cumplir los estándares de excelencia establecidos por el Consejo Nacional de Salud. Para obtener más información, visite aafa.org y kidswithfoodallergies.org



Asthma and Allergy
Foundation of America

