

# Los tests de sensibilidad alimentaria no son una herramienta útil para el diagnóstico o el tratamiento de la obesidad u otras patologías

[www.grep-aedn.es](http://www.grep-aedn.es)

M García Aloy, MT Comas Zamora, J Basulto Marset, E Baladía Rodríguez, M Manera Basols

Grupo de Revisión y Posicionamiento de la Asociación Española de Dietistas-Nutricionistas.

## Introducción

Existe un creciente uso de los llamados "Test de sensibilidad alimentaria". Se afirma de ellos que son instrumentos que proporcionan información «extremadamente sensible y reproducible» sobre el mecanismo fisiopatológico de las intolerancias alimentarias. Sus resultados son utilizados para pautar dietas de eliminación y/o rotación de alimentos ante una gran variedad de condiciones, como son el sobrepeso, la obesidad, la retención de líquidos, los trastornos gastrointestinales, las alergias alimentarias, etc.

## Objetivo

Dilucidar el grado de eficacia, fiabilidad, beneficio y/o riesgo de los TSA como pruebas diagnósticas útiles para ser tomadas como base para instaurar un tratamiento dietético ante enfermedades como la obesidad o la intolerancia alimentaria, con la finalidad de que los expertos en nutrición humana y dietética estén prevenidos al respecto y puedan orientar a sus pacientes en caso necesario.

## Métodos

Revisión de documentos de postura de sociedades científicas internacionales y revisión de la literatura científica acerca de los TSA. Las combinaciones de palabras de búsqueda en la base de datos Pubmed/Medline fueron: "food intolerance test", "food intolerance tests", "food intolerance testing" e "intolerance tests" (2883 estudios).

## Resultados

Los datos evaluados revelan que los TSA:

- Son una técnica diagnóstica no validada científicamente. Esta prueba no ha demostrado ser fiable ni reproducible, además de no correlacionarse con la clínica del paciente.
- Se promueven para el diagnóstico y tratamiento de patologías en las que no se ha demostrado la participación del sistema inmune.
- Pueden dar lugar a resultados confusos, y a la instauración de tratamientos dietéticos ineficaces y, en determinadas ocasiones, potencialmente perjudiciales.
- Pueden retrasar el diagnóstico y el tratamiento adecuado tanto en la obesidad, como en la intolerancia alimentaria.
- Son costosos.
- Están desaconsejados por las sociedades de alergología e inmunología clínica de referencia.

## Conclusiones

Se desaconseja el uso de los TSA como herramienta de diagnóstico y tratamiento de cualquier enfermedad, por ser una técnica no validada científicamente. Someterse a los TSA conduce a un gasto económico innecesario, a una pérdida de tiempo y podría poner en riesgo la salud del individuo. Por todo ello, los especialistas en dietética y nutrición deben estar al corriente sobre la existencia, la ineficacia, los riesgos y el uso de estas pruebas de diagnóstico no validadas científicamente, para poder informar y prevenir a sus pacientes en caso necesario.

García Aloy M, Comas Zamora MT, Basulto Marset J, Manera Bassols M, Baladía Rodríguez, Ibarrola Jurado N. Los tests de sensibilidad alimentaria no son una herramienta útil para el diagnóstico o el tratamiento de la obesidad u otras patologías: declaración de Postura del Grupo de Revisión, Estudio y Posicionamiento de la Asociación Española de Dietistas-Nutricionistas (GREP-AEDN). Act Diet 2010;14(1) (pendiente de paginación)