

Avances en el tratamiento de la migraña

La migraña es una patología cuyo síntoma predominante es un dolor de cabeza de intensidad severa que afecta a un 12% de la población, con una mayor incidencia en personas de 15 y 50 años y especialmente en mujeres. En el Hospital General de Catalunya, del grupo Quirón Salud, se encuentra la Unidad del Déficit de DAO -enzima Diamino Oxidasa-, un proyecto, pionero en nuestro país que nació con el objetivo de diagnosticar y tratar el déficit de DAO y así poder ayudar a controlar la migraña a multitud de pacientes, que por culpa de esta patología no pueden desarrollar su vida con absoluta normalidad.

Como explica el Dr. Joan Izquierdo, Jefe del Servicio de Neurología del Hospital General de Catalunya y Director Médico del Instituto Clínico del Déficit de DAO, "un buen tratamiento siempre comienza con un correcto diagnóstico, así que el primer paso es constatar que efectivamente el paciente padece migraña. A partir de aquí, además de analizar la actividad de la enzima DAO, estudiamos su entorno para ver si tiene un carácter hereditario y siempre tenemos en cuenta que existen otros claros desencadenantes de la migraña como son el estrés, los cambios en el sueño o los aspectos hormonales, así que el enfoque siempre debe ser global". El proyecto de investigación sobre la vinculación del déficit de DAO como desencadenante de migraña se inició hace ya 7 años y hace un año que el Instituto Clínico del Déficit de DAO comenzó su actividad en el Hospital General de Catalunya.

Migraña, histamina y déficit de DAO

La histamina es una molécula vital producida por el organismo humano y mediadora de muchos procesos fisiológicos. Por otro lado, la mayoría de los alimentos de consumo cotidiano contienen histamina en una u otra medida, si bien esta histamina exógena no tiene ninguna función fisiológica y se degrada en el intestino a causa de la enzima DiAminoOxidasa o DAO.

El déficit de DAO es un trastorno en el metabolismo de dicha histamina exógena que se



presenta en individuos genéticamente predispuestos, provocando una reducida actividad funcional de la enzima DAO e impidiendo degradar la histamina ingerida en los alimentos. Si la actividad de la enzima DAO es reducida, la histamina ingerida no puede degradarse y se acumula en plasma, causando la aparición de migraña y otros efectos adversos.

El 87% de los pacientes con migraña presentan déficit de DAO

Se ha constatado que una dieta baja en alimentos histamínicos y suplementada con enzima DiAmino Oxidasa mejora significativamente los síntomas relacionados con el déficit de DAO, especialmente la migraña, pero también los trastornos digestivos (hinchazón, estreñimiento o diarrea), cutáneos (piel seca o atópica) y el dolor muscular.

"En estas Unidades DAO", comenta Adriana Duelo, directora del Departamento de Nutrición del instituto, "una vez diagnosticado el déficit enzimático mediante una analítica de sangre especial, iniciamos el tratamiento

con una dieta baja en histamina". Esta dieta, en una primera fase es más estricta y se eliminan todos los alimentos que favorecen la acumulación de histamina, por ejemplo, las bebidas alcohólicas, los alimentos fruto de un proceso de fermentación como los quesos y los embutidos, así como los lácteos y cítricos, entre otros. "Y además -añade la Dra. Duelo- debemos suplementar esta dieta con enzima DAO para compensar el déficit. Por todo ello, es clave acudir a un nutricionista que elabore una dieta totalmente personalizada para cada paciente en función de su edad, situación familiar, actividad física, nivel de déficit, etc." A medida que los pacientes van mejorando, se empiezan a incorporar, una vez por semana, uno de los alimentos ricos en histamina que encuentren a faltar y, más adelante, un par o incluso tres a la semana de forma separada.

Una dieta baja en histamina mejora significativamente los síntomas relacionados con el déficit de DAO, especialmente la migraña

Resultados

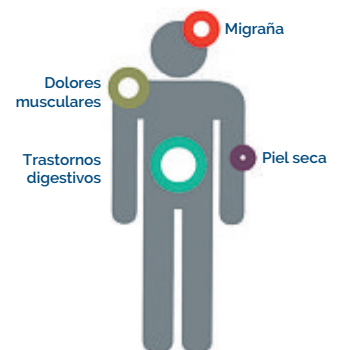
Con este cambio de dieta se ha constatado que pacientes que llevaban mucho tiempo medicándose contra la migraña y que no habían mejorado, ya en los primeros dos meses experimentan una mejora significativa. "En todo caso, la mejora en la calidad de vida del paciente dependerá del rigor que tenga en cumplir bien o no el tratamiento dietético, y por eso es imprescindible que sea pautado por un profesional adecuado", explica la Dra. Duelo.

"Es muy importante subrayar -añade el Dr. Joan Izquierdo- que esta dieta no significa que renunciemos a las técnicas tradicionales, ya que mantenemos en nuestros pacientes los tratamientos tanto para crisis de migraña

EFFECTOS SECUNDARIOS POR ACUMULACIÓN DE HISTAMINA

- **Sistema nervioso central:** migraña.
- **Sistema cardiovascular:** hipotensión.
- **Sistema epitelial:** urticaria, edemas, piel atópica, eczemas, psoriasis, dermatitis...
- **Sistema digestivo:** colon irritable, estreñimiento, diarrea, dolor de estómago, hinchazón, sensación de saciedad, náuseas...

como también los preventivos, si bien siempre los intentamos minimizar. Se trata de un tratamiento complementario". Además de la migraña, el déficit de DAO se relaciona con patologías digestivas, con problemas de alergia, así como en el ámbito del dolor muscular, por lo que se abren nuevas líneas de investigación.



Instituto Clínico del Déficit de DAO
Tel. 934 615 855

Sociedad Internacional del Déficit de DAO
www.deficitdao.org

Departamento de Nutrición y Bromatología de la Universidad de Barcelona
Campus de la Alimentación de Torribera

