

08/07 – DIA MUNDIAL DA ALERGIA

ALERGIAS ALIMENTARES SÃO AS CAMPEãs ENTRE A POPULAÇÃO E NÃO DEVEM SER CONFUNDIDAS COM INTOLERância AO ALIMENTO

No dia 08 de julho é celebrado o Dia Mundial da Alergia. Segundo dados da Associação Brasileira de Alergia e Imunopatologia, cerca de 30% da população sofre com algum tipo de alergia, sendo 20% crianças. Um dos principais tipos da doença e que ainda gera muitas dúvidas na população é a alergia alimentar.

No Brasil, o campeão em causar alergias alimentares é o leite (e seus derivado). Muitas vezes, porém, a doença é confundida com intolerância e isso pode provocar consequências graves para o paciente. “O diagnóstico correto da doença é fundamental para evitar os sintomas que causam desconforto, uma vez que evitando o alérgeno a melhora é muito grande”, alerta a diretora técnica do laboratório Geraldo Lustosa, Luisane Vieira.

A alergia ao leite de vaca é a alergia alimentar mais frequente em lactentes e recém-nascidos, afetando até 5% das crianças pequenas. Em geral, ela mostra sintomas nos primeiros meses de vida e pode estar relacionada também ao consumo de leite de outras espécies de animais, tais como ovelhas e cabras. Pode ser que esta alergia vá sendo superada com o crescimento, de modo que cerca de 80% dos pacientes não apresente mais alergia ao chegar aos 16 anos.

De acordo com Luisane, há duas proteínas principais no leite: caseína (sólida, 80%) e a famosa “whey” (líquida, 20%). Elas podem ser encontradas em uma grande variedade de alimentos, especialmente industrializados. “O rótulo do alimento é muito importante, mas pode ou não conter a informação completa”, frisa.

A causa da alergia é a presença de um tipo de “anticorpo” contra proteínas do leite (beta-lactoglobulina, alfa-lactoalbumina e caseína). Os principais sintomas podem surgir após algumas horas da ingestão do leite (cru ou cozido) e não se restringem ao sistema digestivo. Pode ocorrer urticária (pele vermelha com coceira), mal de estômago, vômitos, fezes com sangue. Em casos raros, reação anafilática com dificuldade para respirar.

Já a intolerância está ligada à deficiência para digerir o açúcar do leite e derivados, que é a lactose (principal fonte de carboidratos para mamíferos). A enzima lactase é a

substância química responsável por fazer a quebra da lactose durante a digestão. Após a ingestão da lactose, este açúcar é quebrado pela lactase no intestino delgado em glicose e galactose, que são então absorvidos pelo organismo.

Quando a capacidade de quebrar a lactose está diminuída, dá-se a intolerância à lactose. O açúcar chega inalterado no intestino grosso, onde é fermentado pela flora bacteriana, produzindo ácidos e gases. Daí maior retenção de água no intestino e diarreias, além de cólicas e distensão abdominal. Há uma deficiência primária de lactase que é a mais comum, ocorrendo em 46% a 67% da população brasileira, principalmente adultos. É a redução natural e progressiva da atividade da enzima lactase. Já a deficiência secundária, que pode ser temporária, ocorre quando a produção da lactase é afetada por doenças intestinais, como diarreias, síndrome do intestino irritável, doença de Crohn, e doença celíaca, por exemplo.

Diagnóstico - Existem hoje vários exames laboratoriais que podem auxiliar no diagnóstico médico. O Laboratório Geraldo Lustosa oferece, por exemplo, um moderno teste para diagnóstico de alergias de difícil solução, chamado ImmunoCAP ISAC, que testa alergias a mais de 100 moléculas em um único painel. Se este exame laboratorial indicar alergia a leite cozido, o paciente deve evitá-lo em todas as suas apresentações. Caso os testes mostrem alergia apenas ao leite cru, alguns alimentos contendo leite poderão ser liberados. De qualquer forma, atualmente recomenda-se não expor bebês de menos de um ano ao leite de vaca, em nenhuma formulação.

A Intolerância à lactose por falta de enzima lactase pode ser de causa genética ou de causa adquirida. O laboratório colabora com testes orais com ingestão de lactose e com estudos genéticos.

É importante lembrar que nenhum exame laboratorial deve ser realizado ou interpretado sem acompanhamento médico. A restrição do leite pode resultar em desnutrição e só deve ser feita quando bem indicada!

INFORMAÇÕES PARA A IMPRENSA

EH!UP Comunicação Inovadora | 31 2551-3480

Eulene Hemétrio | 98827-9002 | eulene.hemetrio@ehup.com.br

Cynthia Aguiar | 99745-3972 | cynthia.aguiar@ehup.com.br