



MUDANÇAS, PERSPECTIVAS E TENDÊNCIAS SOCIOESPACIAIS:
15 ANOS DA FAMAM NO RECÔNCAVO DA BAHIA/BRASIL
8 A 10 DE NOVEMBRO DE 2018
FACULDADE MARIA MILZA



ALERGIA ALIMENTAR E INTOLERÂNCIA ALIMENTAR: CONCEITOS E DIFERENÇAS

Ágatha Maria Fric Americano da Costa*

Larissa Oliveira França*

Lavínia Moura Brandão*

Lays Santana Fiúza*

Thiago Alves Santos de Oliveira**

Indiscutivelmente a alimentação é um ato fundamental ao ser humano por atender necessidades básicas nutricionais, fomentar o mantimento de funções fisiológicas e envolver, inclusive, questões de socialização. No entanto, alguns alimentos merecem atenção específica devido ao seu grande potencial alergênico, que acarreta o surgimento de Alergia Alimentar (AA), tal qual é tida como um problema de saúde pública de quadro epidemiológico em todo o mundo, o que gera considerável impacto socioeconômico e psicológico no indivíduo acometido devido aos sintomas manifestados. Ademais, esses sintomas são semelhantes ao da Intolerância Alimentar (IA) e popularmente esses dois conceitos acabam sendo confundidos, no entanto têm definições e fisiopatologias distintas. Dessa maneira, objetivou-se através desta pesquisa demonstrar as diferenças entre a AA e a IA e conceituá-las através de uma revisão de literatura. Para isso foi realizado levantamento bibliográfico acerca dos temas nos bancos de dados Scielo, Lilacs e Bireme entre os meses de agosto e novembro do ano de 2016 utilizando descritores como: alergia alimentar, alérgenos e intolerância alimentar. Assim, a literatura traz que a intolerância, ao contrário da alergia, não desencadeia resposta imunológica, pois nesta, ocorre ausência ou diminuição de enzimas específicas para a metabolização do nutriente, enquanto isso, a alergia alimentar é uma reação adversa à ingestão de determinados alimentos ou aditivos alimentares em sua maioria de fonte protéica. Essa reação é uma hipersensibilidade desencadeada por mecanismos imunológicos específicos, tais quais: reações mediadas por IgE que terão reações imediatas e as não mediadas por IgE ou mistas que poderão demorar horas ou dias para manifestar sintomas. Em ambas quando o indivíduo entra em contato com o nutriente ao qual ele é intolerante ou alérgico apresenta sintomas gastrointestinais como distensão abdominal, diarreia e enjôos, porém além destes na alergia ocorre congestão nasal, tosse e irritação no olhos, entre outros sintomas decorrentes da liberação de histamina, que é um mediador imunológico. De maneira geral, os alimentos que mais causam reações em adultos e crianças incluem peixes, camarão, lagosta, caranguejo, amendoim, ovos, nozes, leite e trigo, devido aos seus componentes, enquanto que na intolerância ocorre mais em relação à lactose e ao glúten, presentes no leite e farinha de trigo respectivamente. O diagnóstico dessas doenças é de competência técnica médica, tal qual orienta a realização de exames laboratoriais: in vivo, por testes cutâneos; ou in vitro, que determinará IgE sérica específica, quando é uma alergia mediada por IgE para AA e teste oral de tolerância ao nutriente suspeito no caso da IA. A terapia para AA se dá através de medicamentos específicos, como os corticóides sistêmicos e em ambos a suspensão do alimento causador, ou em alguns casos seu consumo com moderação. Conclui-se, dessa maneira, que a principal diferença entre a alergia e intolerância alimentar está pautada no mecanismo de ação que o determinado composto alimentar desencadeia no organismo, embora apresentem sintomas semelhantes. Isso porque AA envolve o sistema imunológico diferentemente da IA e isso reflete nos sintomas, forma de diagnóstico e tratamento da doença.

Palavras-chave: Alergia alimentar. Alérgenos. Intolerância alimentar.

*Graduando em Nutrição - FAMAM, agathaamericano@gmail.com, larissaof6@gmail.com, laviniasousa7@gmail.com, layssantanaf@hotmail.com.

**Doutor em Fitopatologia, Professor - FAMAM, oliveira.tas@gmail.com