



Sexta Básica

Alergias e Intolerâncias Alimentares

Nutr. Letícia Jacques CRN-2 12169

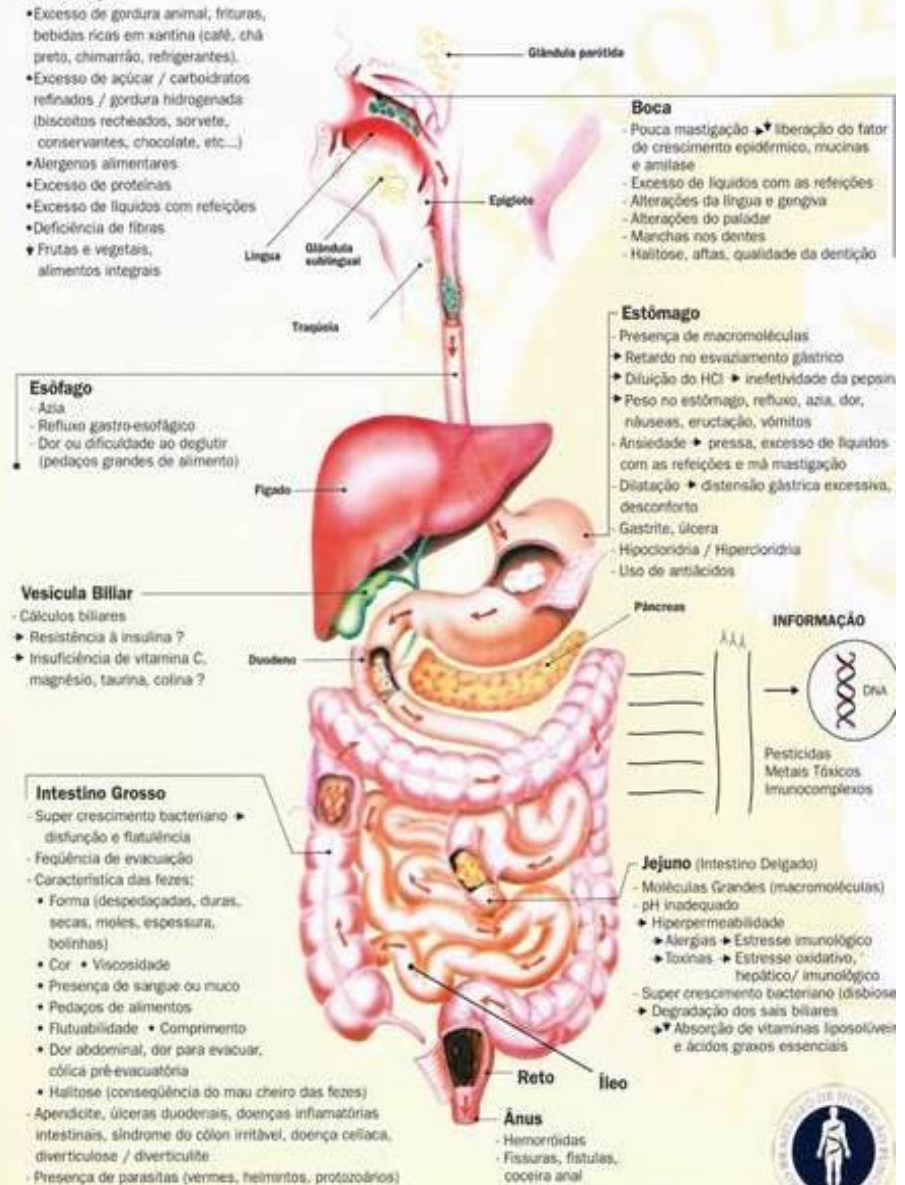
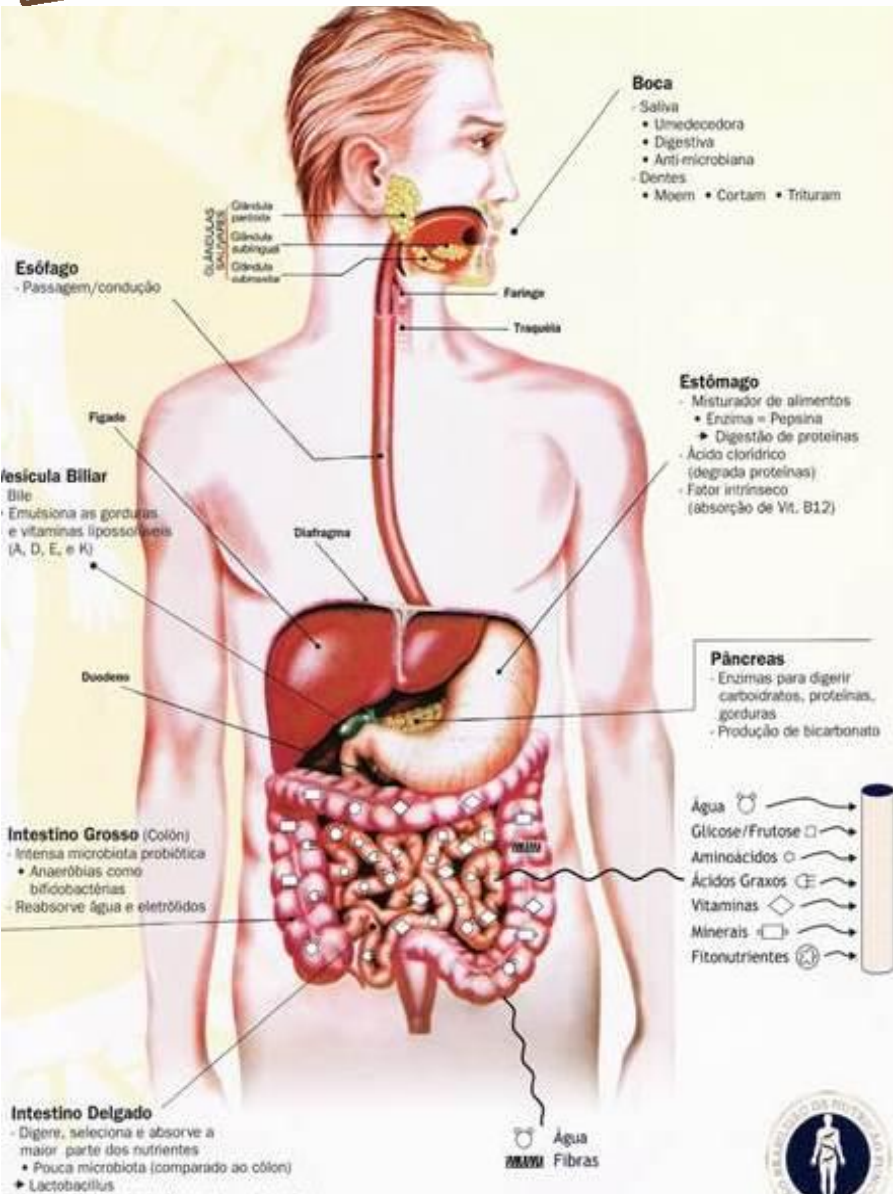


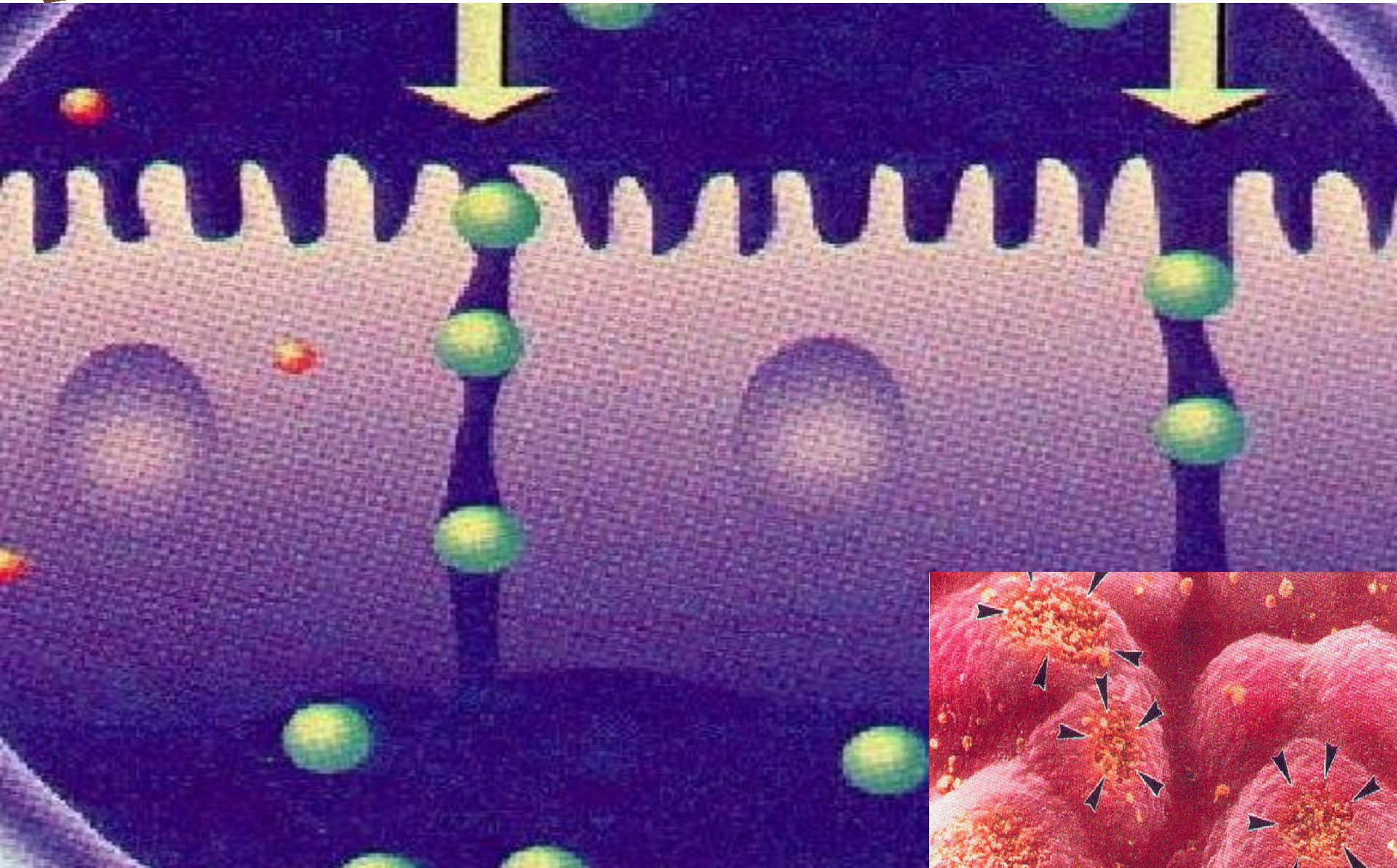


O que é Alergia?

A **ALERGIA** é uma resposta exagerada do sistema imunológico à proteína do alimento ou substância em questão.

Diferente da intolerância.







Alergias Imediatas

- Mediadas pelo anticorpo IgE – imunoglobulinas E
- Reações em minutos – intensas
- Exemplo: Edema de glote



Alergias Tardias

(escondidas)

- Mediadas pelo anticorpo IgG – imunoglobulinas G
- Reações em dias ou semanas
- Exemplo: Enxaqueca



Intolerâncias

Falta de enzima para digerir o açúcar do alimento em questão.

Não tem resposta imunológica.

Exemplo: Intolerância a Lactose
falta ou deficiência de Lactase



Diagnósticos para alergia tardia - IgG

- Anamnese
- Exames: sangue, saliva e bioressonância.



Mito ou verdade?

Moda?





VERDADE !





Estudos mais recentes:

- M. Nunes e outros – Universidade de Lisboa – Portugal 2013
 - Consumo exagerado de leite de vaca, ovo, trigo, amendoim (frutos de casca rija), crustáceos, peixes, soja levou ao esgotamento do sistema imunológico causando alergias alimentares.



Estudos mais recentes:

- A. Monteiro e outros – Jornal Português de Gastrenterologia – janeiro 2014
 - Comparou esofagite eosinofílica com alergia alimentar.
 - **Conclusão:** Cuidados na dieta tiveram mais efeito que as medicações.



Estudos mais recentes:

- B. Anderson – J Chiropr Med – E.U.A. sep 2014
 - Retirada do glúten na dieta de pessoas com neuropatias musculares crônicas.
 - Estudo mostra grande melhora no quadro, mesmo sem o diagnóstico de doença celíaca.



Estudos mais recentes:

- Stefka AT, et al – Proc Natl Acad Sci – E.U.A. sep 2014
 - Antibióticos “protegem” contra alimentos.
 - Estudo mostra que o uso de antibióticos altera a flora intestinal prédispondo as alergias.



Obrigada!



Nutr. Leticia Jacques
Fone: (51)3332.4047
leticiafuncional@gmail.com
Site: saudeenutricao.com.br

Obs.: Todas as informações desta apresentação são de responsabilidade do palestrante.