



Alergia alimentar: De olho nos sinais

Especialista do São Cristóvão Saúde comenta sintomas para identificar alergias derivadas de alimentos e medicamentos



Ao contrário do que muitos pensam, alergias e intolerâncias alimentares podem emitir sinais muito sutis em nosso organismo. De acordo com o portal “Alergia Alimentar Brasil”, estima-se que 6% das crianças e 3,5% dos adultos brasileiros têm alergias alimentares.

“Ainda não se sabe muito bem o porquê de algumas pessoas desenvolverem alergia alimentar”, esclarece o Dr. Alexandre Okamori, médico Alergologista do Grupo São

Cristóvão Saúde e Membro da ERS (*European Respiratory Society*). Segundo o especialista, os principais alimentos causadores de alergias alimentares são:

Em crianças: Leite; Ovo; Castanhas; Soja; Amendoim; Trigo; Frutos do mar.

Em adultos: Castanhas; Frutos do mar.

Porém, segundo a Associação Brasileira de Alergia e Imunologia - ASBAI, mais de 170 alimentos são considerados potencialmente alergênicos, apesar de uma pequena parcela deles ser responsável por um maior número de reações, como os mencionados acima. “Reações podem ocorrer mesmo em pessoas que não eram alérgicas”, salienta Dr. Alexandre.

Além disso, de acordo com o especialista, alguns sinais de intolerância também podem ser apresentados pelo organismo após o uso de determinados medicamentos: “Em geral, analgésicos, anti-inflamatórios e alguns antibióticos são os maiores causadores de reações”.

Sintomas

Durante uma crise alérgica, as reações podem ser mais ou menos graves, de acordo com o nível de sensibilidade à determinada substância. Para descobrir se existe uma intolerância sobre determinado alimento, o diagnóstico deve ser feito por um alergista.

Entre os sintomas mais comuns para identificar uma alergia alimentar, Dr. Alexandre destaca: Reações na pele (como coceira e lesões em placas); Inchaço na boca ou nos

olhos; Sintomas respiratórios (como tosse, chiado); e Sintomas gastrointestinais (como cólicas, diarreia ou vômitos).

Fique atento aos sinais e, caso observe manifestações em seu corpo após a ingestão de algum alimento, consulte um especialista. Assim, será possível buscar a origem das alergias e encontrar formas de prevenção ou tratamentos.



saocristovaosaude



Grupo São Cristóvão Saúde



São Cristóvão saúde