

Alergias são freqüentes antes de 1 ano

Problema é causado por alimentos industrializados que substituem o leite materno

MARIA LIGIA PAGENOTTO

Estima-se que, no mundo, em cada grupo de cem crianças, sete sofrem de algum tipo de alergia provocada por alimentos. A maior parte das manifestações ocorre no primeiro ano de vida e, em geral, têm origem na ingestão de produtos industrializados que substituem o leite materno. A manifestação mais comum da alergia alimentar é sob a forma cutânea — a pele fica avermelhada, incha e coça. Esse conjunto de sintomas recebe o nome de urticária.

Algumas pessoas, no entanto, podem ter manifestações respiratórias — rinite, asma, bronquite ou sinusite — ao ingerir um alimento que lhes provoca alergia, os chamados alérgenos. Outra parcela da população tem manifestações no aparelho digestivo, que surgem sob a forma de diarreia, vômito, refluxo gastroesofágico e má absorção dos alimentos.

Segundo o gastroenterologista e pediatra Ulisses Fagundes Neto, da Universidade Federal de São Paulo (Unifesp), no primeiro ano de vida da criança cerca de 50% das manifestações alérgicas ocorrem no aparelho digestivo e têm como consequência o atraso no desenvolvimento do bebê. "As crianças mais predispostas ao problema são as que não recebem aleitamento natural", diz o médico.

"É um erro achar que o leite materno dá alergia e suspender a amamentação por conta disso", alerta o especialista. Segundo o médico Wilson Tartuce Aun, chefe da seção de imunologia do serviço de alergia do Hospital do Servidor Público Estadual, a alergia só ocorre quando o organismo reconhece a substância alérgica como estranha. "O leite materno não é estranho ao organismo da criança, por isso não pode provocar alergia."

Às vezes, de acordo com Fagundes Neto, ocorre de a criança ter alergia a algum componente alimentar ingerido pela mãe e, ao mamar, absorver o alérgeno. "Mas é preciso ficar claro que o leite da mãe não é o agente da alergia", assegura. Segundo ele, em situações como essa, a mãe deve procurar se informar sobre o que pode estar lhe provocando alergia e suspender sua ingestão. "Grande parte das vezes, mulheres que acabaram de dar à luz exageram no consumo de leite de vaca, achando que, com isso terão maior quantidade do produto para oferecer à criança", diz Fagundes. "Isso é um mito e pode ter consequências graves, pois o leite de vaca é um poderoso alérgeno."

A pessoa alérgica — seja de que tipo for a alergia —, explica Aun, fabrica o anticorpo IgE, também chamado de imunoglobulina E, em maior quantidade do que alguém não alérgico. Quando o organismo entra em contato com substâncias causadoras de alergia, os anticorpos se preparam para defendê-lo, ligando-se aos mastócitos e aos basófilos, que são células do sistema imunológico. Nessa ligação, os mastócitos produzem uma descarga exacerbada de histamina, a substância que causa os sintomas da alergia.

URTICÁRIA E RINITE SÃO MANIFESTAÇÕES COMUNS

Leite de vaca é causa mais comum

Outros produtos, como café e chocolate, também podem dar origem a sintomas de alergia

Qualquer alimento, a princípio, pode provocar alergia. Nas crianças, em maior intensidade e freqüência do que nos adultos, pois na infância o sistema imunológico ainda não está totalmente preparado para receber agressores. "À medida que o tubo digestivo amadurece, a tendência é a alergia regredir", afirma o gastroenterologista Fagundes Neto.

"Toda substância pode desencadear uma alergia, o que varia é a sensibilização de cada pessoa em relação ao alérgeno", diz o toxicologista Anthony Wong. De acordo com ele, algumas substâncias, como o leite de vaca, ficam mais conhecidas do que outras por provocar alergia. Elas são responsáveis pela sensibilização de uma quantidade grande de pes-

soas. Entre elas estão o café, o chocolate e os frutos do mar.

Segundo Fagundes Neto, é importante distinguir intolerância alimentar da alergia. "A alergia é uma intolerância, mas mediada por um mecanismo imunológico", afirma. Já os casos de intolerância, propriamente, se caracterizam pela presença de substâncias que não são absorvidas ou digeridas pelo organismo. "Isso ocorre por uma deficiência enzimática específica", explica.

Pessoas com deficiência de lactase, a enzima que digere o açúcar do leite (a lactose), por exemplo, podem ter intolerância ao produto. São pessoas que quando tomam leite têm diarreia. No geral, as manifestações clínicas da intolerância e da alergia alimentar são parecidas.

Nas crianças, até o primeiro

ano de vida, além do leite de vaca, outros importantes alérgenos são o leite de soja e o ovo, incluindo a clara e a gema. "Quando a criança cresce, fica mais difícil caracterizar a alergia, pois ela já ingere uma maior diversidade de alimentos", afirma Fagundes.

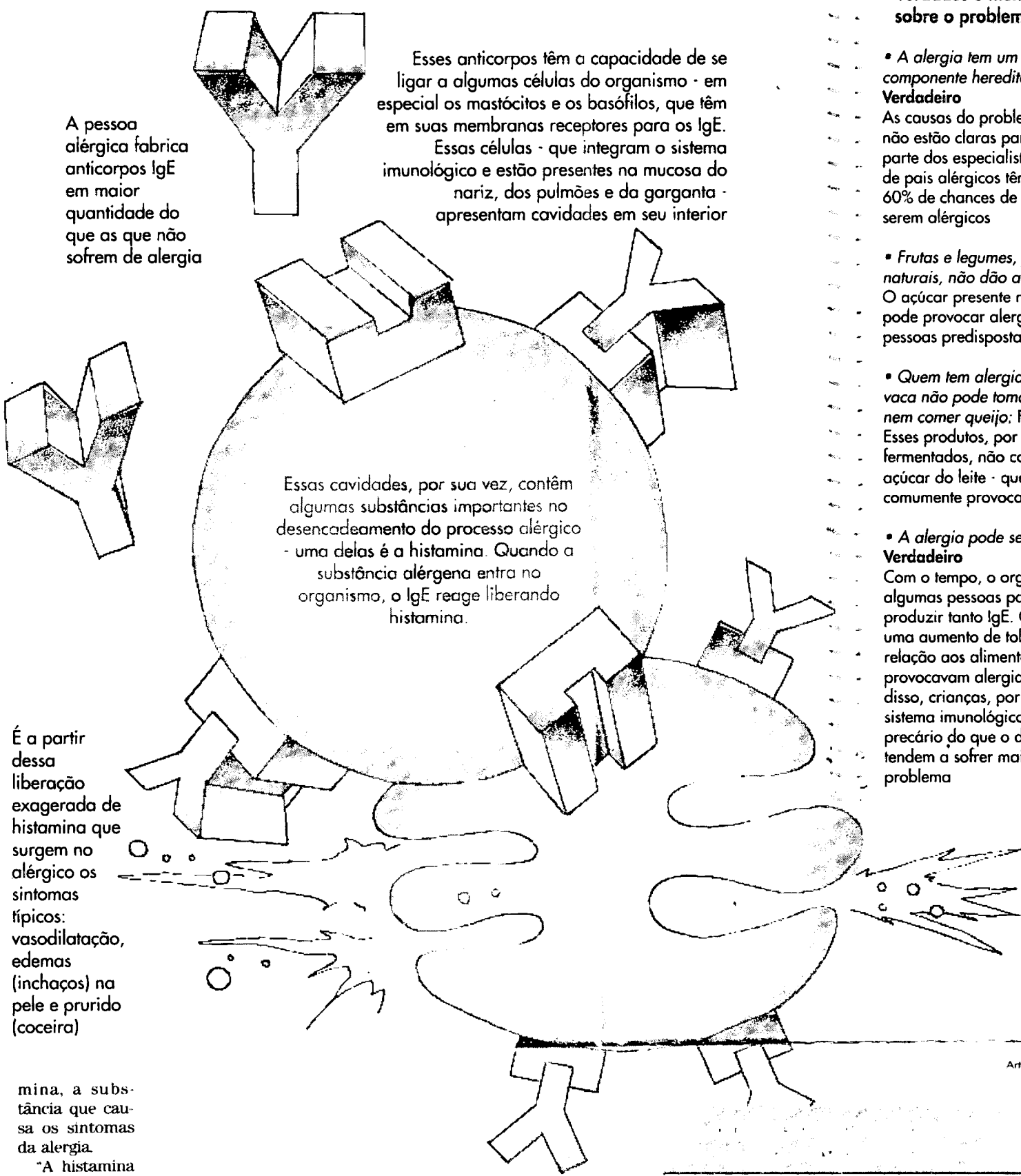
De acordo com ele, um dos sintomas importantes tanto da alergia quanto da intolerância alimentar em crianças é a diarreia crônica acompanhada da síndrome da má absorção dos alimentos. "Quando isso ocorre, há uma perda de peso grande, a criança para de crescer e pode ter seu desenvolvimento comprometido", diz.

Nesses casos, o único tratamento eficaz é substituir o alimento que está provocando a intolerância ou a alergia por outro.

SUBSTITUIR ALÉRGENO É A ÚNICA SOLUÇÃO

COMO SE DÁ O PROCESSO

Os esforços para combater o problema estão centrados no anticorpo chamado IgE, o ativador natural do corpo que espalha os danos das reações alérgicas



A pessoa alérgica fabrica anticorpos IgE em maior quantidade do que as que não sofrem de alergia

Esses anticorpos têm a capacidade de se ligar a algumas células do organismo — em especial os mastócitos e os basófilos, que têm em suas membranas receptores para os IgE. Essas células — que integram o sistema imunológico e estão presentes na mucosa do nariz, dos pulmões e da garganta — apresentam cavidades em seu interior

Essas cavidades, por sua vez, contêm algumas substâncias importantes no desencadeamento do processo alérgico — uma delas é a histamina. Quando a substância alérgica entra no organismo, o IgE reage liberando histamina.

É a partir dessa liberação exagerada de histamina que surgem no alérgico os sintomas típicos: vasodilatação, edemas (inchaços) na pele e prurido (coceira)

mina, a substância que causa os sintomas da alergia.

"A histamina provoca vasodilatação, prurido intenso, inchaço, espirros e, dependendo da pessoa e da intensidade da reação alérgica, pode desencadear o processo de anafilaxia, que é o choque anafilático", alerta o pediatra e toxicologista Anthony Wong, médico do Instituto da Criança do Hospital das Clínicas da Faculdade de Medicina da USP. "Quando não socorrida a tempo, uma pessoa com choque anafilático pode morrer, pois há um inchaço na glote, que pode obstruir a entrada de ar."

A alergia, segundo os especialistas, está sempre associada a um componente protéico. "O causador pode não ser uma proteína, mas o antígeno tem sempre de se ligar à proteína para que ocorra o processo alérgico", afirma Aun.

Segundo ele, edemas de lábio, urticária e rinite são algumas das for-

mas mais comuns das alergias alimentares. A asma está entre as menos freqüentes nas pessoas com esse tipo de problema, mas também pode ocorrer. As manifestações alérgicas são diferentes de uma pessoa para outra ou podem evoluir de uma forma para outra na mesma pessoa. Isso porque, de acordo com o médico do Hospital do Servidor, o IgE muda de lugar. "Em crianças, ele está mais ligado aos mastócitos da pele, mas pode aparecer também nas células da mucosa do nariz, provocando problemas respiratórios."

Segundo Fagundes Neto, a predisposição genética de cada indivíduo é que define o órgão de choque em que ocorre o processo alérgico. "Assim como a alergia, essa suscetibilidade também é hereditária", afirma o especialista.



• café



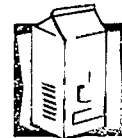
• ovo (gema e clara)



• amendoim



• trigo



• leite de vaca e de soja



• chocolate

Processo é desencadeado de um momento para outro

Mesmo quem nunca teve alergia pode sofrer uma reação séria após o primeiro contato

Segundo o toxicologista Anthony Wong, o processo de reação alérgica costuma obedecer a duas fases. A primeira é conhecida como fase de sensibilização e ocorre quando o organismo tem seu primeiro encontro com a substância alérgica. "Em geral, nessa primeira vez não ocorre nenhum tipo de manifestação", diz Wong.

Já na segunda vez, o alérgeno faz com que se desencadeiem as reações. "A manifestação aqui também não segue um padrão", assegura o médico do HC. "Pode ser digestiva, cutânea ou respiratória."

Algumas pessoas que nunca tiveram uma alergia alimentar de um momento para outro podem vir a ter. Segundo Wong, algumas misturas — a que o indivíduo não havia antes se submetido — também podem desencadear uma reação alérgica. Após esse primeiro contato, a alergia se instala. Esse processo de inter-relação pode ser desencadeado pela mistura do alimento com um vírus, com outro alimento, poeira, álcool ou antibióticos.

Verdades e mentiras sobre o problema

• A alergia tem um importante componente hereditário: Verdadeiro

As causas do problema ainda não estão claras para a maior parte dos especialistas. Filhos de pais alérgicos têm de 30% a 60% de chances de também serem alérgicos

• Frutas e legumes, porque são naturais, não dão alergia: Falso
O açúcar presente nas frutas pode provocar alergia em pessoas predispostas

• Quem tem alergia a leite de vaca não pode tomar iogurte nem comer queijo: Falso.
Esses produtos, por serem fermentados, não contêm o açúcar do leite — que comumente provoca alergia

• A alergia pode ser transitória: Verdadeiro

Com o tempo, o organismo de algumas pessoas passa a não produzir tanto IgE. Com isso, há uma aumento de tolerância em relação aos alimentos que antes provocavam alergia. Além disso, crianças, por terem o sistema imunológico mais precário do que o dos adultos, tendem a sofrer mais com o problema

ArtEstada/Klubs Jr/Vera G