



BHC

INTOLERÂNCIA ALIMENTAR

O teste para intolerância alimentar identifica alimentos que levam à produção de anticorpos IgG, que poderão estar na origem de diversas doenças, como: intolerância a alimentos, transtornos gastrointestinais (Síndrome do cólon irritável), alterações dermatológicas (eczema), sobrepeso, enxaqueca e artrite. Uma vez identificados os alimentos responsáveis, estes poderão ser reavaliados na dieta.

O estudo de intolerância alimentar consiste em uma prova laboratorial que permite medir os níveis de imunoglobulina G, específica, frente a até 200 alimentos diferentes.

Teste para intolerância alimentar mediada por IgG

As alergias alimentares são reações clássicas mediadas por Imunoglobulinas E (IgE). No entanto, as chamadas intolerâncias alimentares, mediadas por imunoglobulinas G (IgG) são menos conhecidas e apresentam uma manifestação mais tardia e menos evidente que as alergias IgE, não sendo diagnosticadas ou sendo confundidas com outras patologias. Em muitas ocasiões, as pessoas convivem com elas e com todas suas consequências patológicas.

Entre 20 e 35% da população sofre, em diferentes manifestações clínicas, com efeitos derivados da sensibilidade a diferentes alimentos.

O grupo de alimentos de intolerância moderada ou severa indica o nível de anticorpos detectados e serve de referência para que em futuros controles se comprove se a retirada dos alimentos melhora os níveis de reatividade. Para evitar desequilíbrios nutricionais e/ou riscos de má nutrição, essa prova deve ser solicitada e supervisionada por um especialista que elabore uma dieta equilibrada e faça o acompanhamento do paciente.

Os resultados devem sempre ser correlacionados com a condição clínica do paciente, já que um nível aumentado de IgG de alimento não necessariamente se manifesta com algum sintoma específico.

É importante lembrar que os resultados desse kit não dão informações sobre alergias mediadas por IgE.

Conforme estudos científicos, existe uma melhora notável dos sintomas em uma alta porcentagem de pessoas quando há a retirada de alimentos que apresentam níveis de IgG específica acima da normalidade. Os sintomas podem ser:

Articulares: dor e rigidez.

Respiratórios: tosse, bronquite e asma.

Digestivos: acidez, úlceras e aftas na boca, gastrite, colite, prisão de ventre, diarreia e náuseas.

Gerais: enxaqueca, fadiga, depressão e retenção de líquidos.

Diagnóstico laboratorial

O teste de intolerância alimentar que avalia anticorpos IgG é uma ferramenta de diagnóstico muito útil para todas as alergias alimentares dos tipos II, III e IV.

EXEMPLO MENU DE DETECÇÃO A59

1. Aveia	13. Leite de vaca	25. Cenoura	37. Maçã
2. Trigo	14. Ovo	26. Alho-poró	38. Groselha preta
3. Arroz	15. Frango	27. Batatas	39. Azeitonas
4. Milho	16. Cordeiro	28. Aipo	40. Laranja e limão
5. Centeio	17. Carne vermelha	29. Pepino	41. Morango
6. Trigo duro	18. Carne de porco	30. Pimentas/Pimentões ⁴	42. Tomate
7. Glúten	19. Mix de peixe de carne branca ¹	31. Mix de leguminosas ⁵	43. Gengibre
8. Amêndoa	20. Mix de peixe de água doce ²	32. Grapefruit	44. Alho
9. Castranha-do-pará	21. Atum	33. Mix de melão ⁶	45. Cogumelos
10. Caju	22. Mix de crustáceos ³	34. Amendoim	46. Fermento
11. Chá	23. Brócolis	35. Soja	
12. Noz	24. Repolho	36. Cacau	

1. Mix de peixe de carne branca (haddock, bacalhau, solha)

2. Mix de peixe de água-doce (salmão, truta)

3. Mix de crustáceos (camarão, caranguejo, lagosta, mexilhão)

4. Pimentas/Pimentões (vermelhos, verdes, amarelos)

5. Mix de leguminosas (lentilhas, ervilha, feijão)

6. Mix de melão (melão, cantalupe, melancia)

NOME DO EXAME

ESTUDO DE INTOLERÂNCIA ALIMENTAR 200 ALIMENTOS

ESTUDO DE INTOLERÂNCIA ALIMENTAR 109 ALIMENTOS

ESTUDO DE INTOLERÂNCIA ALIMENTAR 59 ALIMENTOS

Material: Soro congelado

Referências

1. ATKINSON, W. et al. Food elimination based on IgG antibodies in irritable bowel syndrome: a randomised controlled trial.

National Centre for Biotechnology Information. out. 2004, 53 (10), 1459-64. Disponível em:

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/15361495/>.

2. HAFSTRÖM, I. et al. A vegan diet free of gluten improves the signs and symptoms of Rheumatoid Arthritis: the effects on arthritis correlate with a reduction in antibodies to food antigens. Rheumatology. British Society of Rheumatology. 2001, v. 40, i. 10 p.

1175-1179. Disponível em: <https://academic.oup.com/rheumatology/article/40/10/1175/1787820>.

