

As reacções anormais aos alimentos classificam-se em tóxicas e não tóxicas. As reacções não tóxicas dividem-se, por sua vez, em reacções alérgicas imunes e em reacções não alérgicas não imunes. Estas últimas são as que clinicamente se conhecem como intolerâncias alimentares e podem ser o resultado de défices enzimáticos (ex: à lactose), ou também da presença de substâncias químicas ou de aditivos nos alimentos.

As reacções alérgicas imunes são processos imunológicos complexos mediados tanto por anticorpos imunoglobulinas E (IgE) como por imunoglobulinas G (IgG), específicas para os antigénios (proteínas) dos alimentos. As reacções mediadas por IgE são as alergias alimentares, e aquelas mediadas por IgG são conhecidas como Hipersensibilidades Alimentares (mais conhecidas como Intolerâncias Alimentares).

20 a 35% da população apresenta sintomas derivados de Hipersensibilidade Alimentar.

Alergia e Hipersensibilidade Alimentar

As características e diferenças destes dois tipos de reacções alérgicas imunes aos alimentos são:

Alergia alimentar: trata-se de uma reacção imune aguda e rápida mediada por anticorpos IgE e com uma clara relação causa-efeito. As manifestações clínicas podem ser generalizadas e/ou localizadas, podendo ser muito graves (ex: choque anafilático).



Hipersensibilidade alimentar: trata-se de uma reacção imune retardada, mediada por anticorpos IgG, sem uma clara relação causa-efeito. As manifestações clínicas são muito variadas, moderadas e de tipo crónico, o que dificulta muito o diagnóstico.

O tracto gastrointestinal contém a maior superfície de tecido imune do nosso organismo. Por conseguinte, é possível ter uma reacção imune de hipersensibilidade aos alimentos que mais se ingerem, em função da saúde do tracto gastrointestinal e do sistema imunitário.

Análise A200

A análise A200 consiste na determinação de anticorpos IgG no soro, face a mais de 200 proteínas de alimentos da dieta mediterrânica. A análise realiza-se com tecnologia microarray, o que possibilita analisar a amostra em duplicado, demonstrando a fiabilidade e a reprodutibilidade dos resultados da análise.

Mais, trata-se de um teste directo de quantificação de IgG específicas, mais objectivo que outros testes que valorizam a modificação da forma dos leucócitos ou realizam a análise por bioressonância.

Indicações

A análise A200 está indicada para pessoas que apresentem alguns dos seguintes sintomas clínicos, sem diagnóstico etiológico e/ou sem melhoria com os tratamentos médicos habituais.

Perturbações Gastrointestinais: dores abdominais, cólicas abdominais, obstipação, diarreia, aerocolia, cólon irritável, gastrite, náuseas, acidez e aftas.

Processos dermatológicos: acne, eczema, psoríase, urticária e prurido.

Transtornos psicológicos: ansiedade, letargia, depressão, fadiga, náuseas e hiperatividade (nas crianças).

Perturbações neurológicas: cefaleias, enxaquecas, tonturas e vertigens.

Perturbações respiratórias: asma, rinite e insuficiência respiratória.

Outros: dor, rigidez, fibromialgia, retenção de líquidos e obesidade.

A análise A200 é uma opção importante a ter em conta nos grupos de patologias descritas uma vez que se observam melhorias assinaláveis quando se suprimem os alimentos que as originam (i.e. apresentam níveis de IgG alterados). A supressão dos alimentos poderá ser temporária na maior parte dos casos. Perante os resultados o médico irá avaliar a necessidade de um tratamento para restabelecer uma correcta permeabilidade e/ou reequilibrar a flora intestinal.

Amostra necessária

Colheita de sangue venoso.

Recomendações

Mínimo 4 horas de jejum.



A200 - Estudo de Intolerância a 217 Alimentos da Dieta Mediterrânica:

VERDURAS e HORTALIÇAS	PRODUTOS LÁCTEOS e OVO				
Acelga	Alfa-Lactoalbumina	Polvo	Figo	Canela	Baunilha
Alcachofra	Beta-Lactoglobulina	Tamboril	Kiwi	Levedura de cerveja	CEREAIS e GRÃOS
Aipo	Caseína	Rodvalho	Lima	Levedura de pão	Amaranto
Batata-doce	Clara de ovo	Salmão	Limão	Salto (Lúpulo)	Arroz
Beringela	Leite de búfalo	Sardinha	Líchia	Mel	Aveia
Agrião	Leite de cabra	Choco	Tangerina	Cola /Noz de cola	Cacau
Brócolos	Leite de ovelha	Truta	Manga	Ruibardo	Açúcar de cana
Courgete	Leite de vaca	Vieira	Maça	ERVAS e ESPECIARIAS	Cevada
Abóbora	Gema de ovo	CARNE	Pêssego	Alho	Centeio
Cebola	PEIXES e MARISCOS	Avestruz	Melão	Manjericão	Cuscuz
Cogumelos	Beijinho	Vaca	Amora	Alcaparra	Espelta
Couve roxa	Amêijoia	Cavalo	Laranja	Anis /erva-doce	Glúten (Seitán)
Couve-de-Bruxelas	Anchova	Cabrito	Nectarina	Açafrão	Milho/Óleo de milho
Couve-flor	Enguia	Porco	(pêssego careca)	Malagueta	Malte
Escarola	Arenque	Codorniz	Papaia	Coentros	Millet
Chalota	Atum	Coelho	Pera	Cravo-da-índia	Polenta
Espargos	Bacalhau	Borrego	Ananás	Colza	Quinoa
Espinafres	Berbigão	Javali	Banana	Cominhos	Farelo de trigo
Feijão verde	Besugo	Peru	Toranja	Caril	Girassol/Óleo de girassol
Alface	Cavala	Perdiz	Melancia	Endro (aneto)	Semente de linho
Nabo	Lula	Pato	Uva branca/Uva preta	Estragão	Sêmola de trigo duro
Batata	Caranguejo	Frango	Amora-preta	Gengibre	Semente de sésamo
Pepino	Búzio	Vitela	FRUTOS SECOS	Ginko Biloba	Tapioca/Luca
Pimento	Carpa	Veado	Amêndoa	Ginseng	Transglutaminase
Alho francês	Caviar	FRUTAS	Caju	Hortelã-pimenta/Menta	Trigo
Rabanete	Dourada	Abacate	Avelã	Funcho	Trigo-sarraceno
Beterraba	Gamba/Camarão	Alperce /Damasco	Amendoim	Louro	
Repolho	Lagosta	Alfarroba	Castanha	Camomila	
Rúcula	Linguado	Mirtilo	Noz	Mostarda	
Tomate	Robalo	Cranberries vermelha	Noz do Brasil	Noz moscada	
Cenoura	Lúcio	Cereja	Noz Macadâmia	Oregãos	
LEGUMINOSAS	Mexilhão	Ameixa	Passa de uvas	Salsa	
Grão-de-bico	Pescada	Chufa	Pinhões	Pimentão /Piripiri	
Ervilhas	Mero	Coco	Pistachio	Pimenta branca/preta	
Favas	Lingueirão (Navalha)	Tâmara	OUTROS	Alçaçuz	
Feijão branco	Ostra	Framboesa	Agar Agar	Alecrim	
Feijão encarnado	Percebes	Morango	Alga esparquete do mar	Salva	
Lentilhas	Espadarte	Romã	Alga espirulina	Chá preto	
Soja/ Grão de soja	Pregado	Groselha-preta	Aloé vera	Chá verde	
		Groselha-vermelha	Café	Tomilho	
		Goiaba			

