

## O QUE É PRECISO SABER? ALERGIA ALIMENTAR E DOENÇA AUTOIMUNE

### Parte um

"Seres humanos foram dotados apenas de inteligência suficiente para ver com clareza o quanto inadequada é a inteligência quando confrontada com o que existe." [Albert Einstein](#)

**Alergia alimentar (AA)** é definida como uma resposta imune adversa, por anticorpos da **classe IgE** (IgE anticorpos da alergia) que pode ocorrer com determinados alimentos. Podem ser detectados por **teste específico** em laboratório médico como exemplo, amendoim, castanhas, peixes, frutos do mar, ovos, leite, trigo e soja. **Reação Adversa a Alimentos (RAA):** são as chamadas **intolerância** alimentar, reações farmacológicas e toxinas além da imunidade celular em diversos graus, até onde sei não existe técnicas de laboratório que permita a suas detecções.

A patogenia <sup>doença</sup> da alergia alimentar e da doença autoimune são multifatoriais. As alterações na microbiota intestinal devido ao uso excessivo de antibióticos, medicamentos inibidores de ácido estomacal, exposição a alimentos processados, transgênicos, exposição aos alérgenos podem estimular o aparecimento da AA e RAA.

O diagnóstico da AA <sup>alergia alimentar</sup> e RAA <sup>doença autoimune</sup> são complexas, ou seja, difícil de chegar à conclusão correta do alimento provocador. O tratamento de ambas as condições, ultrapassa a retirada do alérgeno como, o(s) alimento(s) que devem ser evitado(s) e o alimentos que apresenta(m) reação(ões) cruzada(s) com alimento do(s) qual(is) o cliente é sensível.

A reação adversa ao(s) alimento(s) podemos dividi-las em dois grupos: **imediate** – que ocorre de 0 - 2 horas após ingestão do alimento da qual o paciente é sensível e a **tardia** – que ocorrem depois desse tempo até 7 dias após ingestão do alimento da qual o paciente é sensível.

**Reação imediata** pode ocorrer quando o alimento chega à boca (**urticária de contato**) e na ingestão provocada por anticorpo IgE (**choque anafilático**).

**Reação tardia** como as que envolvem toxinas, imunidade celular, enzimática [lactose (falta de enzima lactase)], farmacológica (cafeína, histamina) e idiopática [(sem causa aparente): corantes e, sabores artificiais, conservantes, ...].

O diagnóstico é essencialmente clínico, os testes para diagnóstico para alergia alimentar representam apenas 1% de

positividade. No meu consultório são as mulheres que representam a totalidade dos clientes que fizeram o **teste de provocação oral**. É a ferramenta diagnóstica considerada **padrão-ouro** para a confirmação da alergia alimentar e da doença autoimune. É recomendado para os casos mediados por IgE quando a história clínica não é compatível, mas os exames de RAST são positivos ou os exames são negativos, mas a suspeita clínica é forte. Se o cliente estiver tomando **corticosteroides** e/ou **anti-histamínicos** pode interferir na reprodução dos sintomas.

E os principais sintomas dores de cabeça (enxaqueca), dores pelo corpo (fibromialgia), alterações de comportamentos (fadiga, instabilidade de humor) e gástricos (distensão abdominal, inchaços, dor abdominal, cólicas e/ou diarreias) ou tentaram emagrecer diversas vezes e não conseguiram.

Publicada [www.alergiarespiratoria.com.br](http://www.alergiarespiratoria.com.br) em **Alergia Alimentar** no dia 18/10/2021 **DIAGNÓSTICO - ALERGIA ALIMENTAR / DOENÇA AUTOIMUNE.**

## ENTENDA A FISILOGIA INTESTINAL

A **barreira intestinal** e a **lâmina própria** são partes importantes do sistema de defesa e de absorção dos nutrientes dos alimentos. Os diferentes tipos células na mucosa e na lâmina própria, como as placas de Peyer outros tipos de células do epitélio mucoso desempenham importante função de equilíbrio do sistema.

Lembrando que por alguma razão o sistema desequilibra, o organismo perde sua proteção. O desequilíbrio dos intestinos passa não somente da absorção aminoácidos e partes das proteínas as quais podem provocar o aparecimento da alergia alimentar ou da doença autoimune.

## SISTEMA IMUNE

Em torno de 80% do sistema imune situa-se no aparelho digestivo como, [(GALT - gut-associated lymphoid tissue) - (intestinos associados ao tecido linfoide)]. Vou manter a nomenclatura internacional se alguém achar que o assunto é importante e poder pesquisar. [(MALT - mucosa-associated lymphoid tissue) - (mucosa associada ao tecido linfoide), que entra em contato com meio externo. GALT organiza os tecidos linfoides, incluindo as Placas de Peyer, os folículos linfoides isolados e os linfonodos mesentéricos <sup>intestinos</sup>.

Na **lâmina própria** estão localizadas as células imunes que incluem as que já entraram em contato com alérgenos <sup>antígenos</sup> com Linfócitos T e o linfócitos B de memória, os linfócitos CD4+. Os linfócitos CD8+, CD4+ e CD 25 são mais conhecidos com Linfócitos T

reguladores (TReg) e as células dendríticas que funcionam como APC células apresentadoras alérgenos, macrófagos, eosinófilos e células linfoides virgens.

Os antígenos (alérgenos) alimentares podem penetrar o sistema imune da mucosa intestinal de diversas maneiras, por meio das próprias células epiteliais, podem ser recolhidas pelas APC células apresentadoras de antígenos ou pelas células das placas de Peyer células M.

Essas vias geralmente o sistema está envolvido na tolerância imune oral, pela TReg, que produzem **TGF-β** a qual estimula a produção de IgA e Interleucina-10 que inibe a resposta Th2 que induz a alergia e Th1 que estimula a proteção.

O **TGF-β** (Transforming growth factor-beta ou Fator de crescimento transformador-beta) é onipresente, multifuncional e essencial para a nossa sobrevivência. O **TGF-β** são sintetizados por diferentes células como, linfócitos, macrófagos, fibroblastos, células musculares lisas, condrócitos, astrócitos, células epiteliais, plaquetas e ainda células tumorais.

O fator de crescimento transformador **beta** (**TGF-β**) é um dos fatores de crescimento presentes no leite e tem a **função** de estimular o crescimento das células, especialmente do tecido conectivo, participa na formação de ossos e cartilagens, no controle do sistema imune e na cicatrização de feridas, assim como no controle. Além desempenhar papel importante no crescimento e desenvolvimento, inflamação e reparo da imunidade do sistema.

## TOLERÂNCIA IMUNE

**O que é a tolerância imune?** É quando o nosso organismo aceita uma substância e não reage a ela, geralmente ocorre quando se ingere um alimento. Faz parte da fisiologia normal do trato digestivo que impede a sensibilização e favorece a **tolerância**. A tolerância oral faz parte da inibição ativa da resposta imune aos alérgenos, pela exposição previa por via oral. A tolerância imune é importante, pois evita que o nosso organismo reaja contra a flora intestinal e os vários alimentos usados por nós na alimentação.

Os alimentos ingeridos passam por processo enzimático desde a boca, passando pelo estômago e duodeno, onde as enzimas proteolíticas e a acidez do estômago poderão reduzir ou eliminar seu potencial alergênicos antigênicos. Todos os medicamentos que inibem a acidez do estômago, impedem que a **pepsina** aja normalmente. A pepsina atua sobre os antígenos que são proteínas, impedindo-as não

# Clinica de Alergia

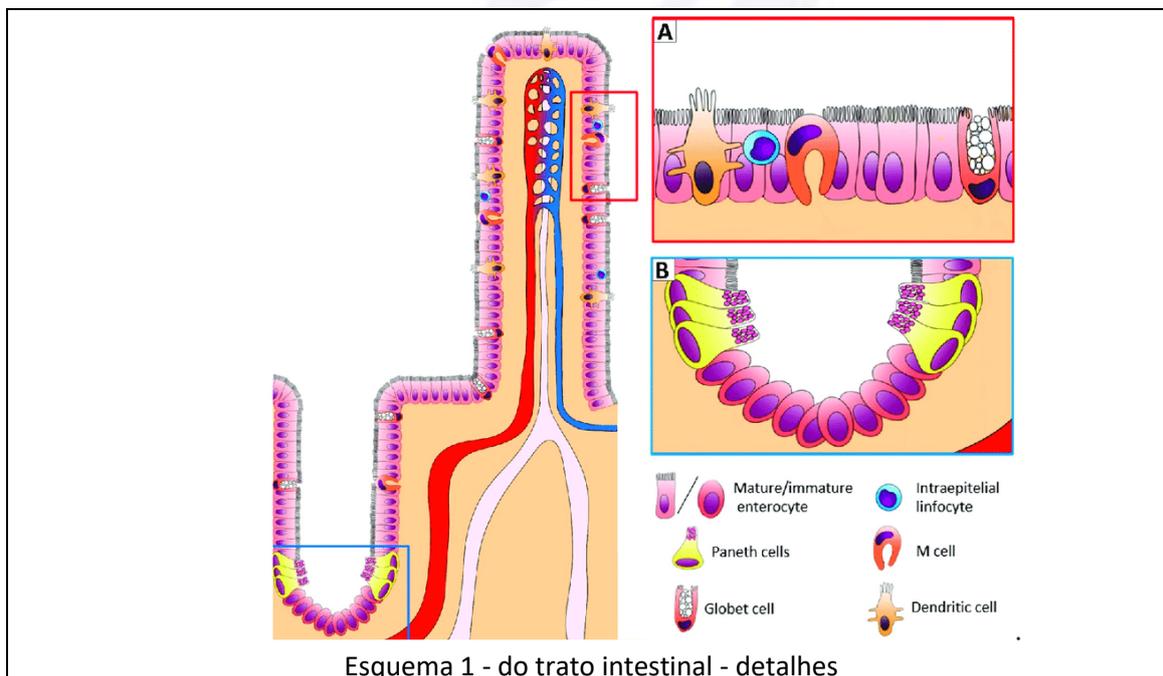
ALERGIA ALIMENTAR E DOENÇA AUTOIMUNE

formarem os tijolinhos <sup>aminoácidos</sup> que irão formar a suas proteínas, necessária para manter a sua vida.

Publicada [www.alergiarespiratoria.com.br](http://www.alergiarespiratoria.com.br) em **Doença Autoimune** no dia 01/04/2022 **DOENÇA AUTOIMUNE TOXINAS E MEDICAMENTOS.**

Enquanto a barreira intestinal se mantém íntegra, ela atua impedindo a absorção dos alérgenos <sup>antígenos</sup> ingeridos. A barreira contém muco e muitos anticorpos da classe IgA (protetores do trato intestinal). Outro mecanismo é o peristaltismo intestinal, portanto ir ao banheiro todos os dias é uma norma importante. Este mecanismo é importante pois ajuda a eliminar as toxinas, ou seja, intestino é o tubo mais inteligente que conheço.

O aparelho digestivo com os mecanismos de defesa está presente na barreira mecânica constituída pelo epitélio intestinal, os ácidos gástricos, as secreções biliares e pancreáticas e motilidade intestinal. A integridade da barreira intestinal, é necessária para que a estrutura e as funções ocorram de forma que o equilíbrio dos mecanismos anti-inflamatório possa manter o trato intestinal normal.



Esquema 1 - do trato intestinal - detalhes

Londrina (PR), 3 de dezembro 2022

*Dr. Luiz Carlos Bertoni*

Alergista - Associação Brasileira de Alergia e Imunopatologia (ASBAI)  
Member - World Allergy Organization (WAO) CRM-PR 5779