

# SEMANA MUNDIAL DA ALERGIA 2019

Consulta de Imunoalergologia  
Grupo HPA Saúde



**1 SEMANA  
7 TEMAS**

**Dr. Pedro Morais Silva  
DIA 6**



# ALERGIA ALIMENTAR



# O QUE É A ALERGIA ALIMENTAR?



É uma reação indesejada do sistema imunitário devido à exposição a um alérgeno alimentar.

Habitualmente, mesmo quantidades muito pequenas podem causar sintomas.

É mais frequente na infância mas pode surgir em qualquer idade.

**Os sintomas são imediatos** (30 minutos até 2 horas após a ingestão, contacto ou inalação) e **reproduzíveis** (acontecem sempre que existe contacto com o mesmo alimento).

A alergia alimentar pode causar reações graves e ser fatal.

## PRINCIPAIS ALIMENTOS QUE CAUSAM ALERGIA EM PORTUGAL



Leite



Ovos



Frutos Secos



Crustáceos



# QUAIS OS SINTOMAS DE ALERGIA ALIMENTAR?

- Babas ou borbulhas no corpo
- Inchaço dos lábios, face e olhos
- Comichão na boca
- Dor de barriga ou vômitos
- Sensação de falta de ar
- Tosse persistente
- Tonturas
- Sensação de desmaio
- Palidez
- Perda dos sentidos





# O QUE É A INTOLERÂNCIA ALIMENTAR?

É uma sensibilidade excessiva do organismo à ingestão de um ou mais alimentos.

Normalmente depende da ingestão de uma quantidade considerável do alimento e **manifesta-se com sintomas variáveis e nem sempre reproduzíveis, que surgem horas após** a ingestão do alimento.

A intolerância alimentar é mais frequente que a alergia, raramente é grave e não coloca a vida em risco.

## SINTOMAS POSSÍVEIS

- **Dor e distensão abdominal**
- **Náuseas / Mal-estar**
- **Gases**
- **Diarreia**
- Dor de cabeça
- Sensação de calor
- Fraqueza muscular
- Irritabilidade
- Sonolência
- Comichão