



Alergias Alimentares

Necessidades Alimentares Especiais

Recomendações para
alimentação escolar

DEFINIÇÃO DA DOENÇA

São reações exageradas do sistema imunológico a determinados alimentos ou aditivo alimentar. Possui sintomas variáveis, sendo eles apresentados na **pele** (urticária, inchaço, coceira, eczema), no **sistema respiratório** (rinoconjuntivite, tosse, rouquidão, chiado no peito), no **sistema gastrointestinal** (diarreia, dor abdominal, refluxo, vômito), além de mudanças de comportamento, enxaquecas, distúrbios psiquiátricos e neurológicos.

Nos casos mais graves, os sintomas aparecem logo após o consumo. Porém, podem ocorrer de maneira tardia, levando 24h ou mais para manifestar. Podem começar durante a infância, tendo a possibilidade de ser reversíveis ou não.

Qualquer alimento pode gerar alergia alimentar, porém, os mais comuns são:

- Ovos
- Leite
- Soja
- Amendoim
- Trigo
- Crustáceos



DIAGNÓSTICO

O diagnóstico é médico que inclui a história clínica, teste cutâneo e sorológico.

TRATAMENTO

Consiste na retirada do alimento que provoca a alergia e, quando necessário, medicação indicada pelo médico do escolar.



DECIFRANDO OS RÓTULOS

Os alérgenos muitas vezes se camuflam em rótulos através de outros nomes, ou alimentos que o contenham indiretamente.

Em relação à alergia ao **LEITE**, deve-se prestar atenção em:

Leite em pó	Proteína láctea ou do soro	logurte
Creme de Leite	Bebida Láctea	Lactato
Caseinato de Amônia	Caseinato de Cálcio	Caseinato de Sódio

Em relação à alergia ao **OVO**, deve-se prestar atenção em:

Clara (Egg White)	Gema (Egg Yolk)	Plasma
Albumina/Ovoalbumina	Lecitina	Globulina
Ovo de Galinha	Ovo em Pó	Sólidos de Ovo

Em relação à alergia ao **AMENDOIM**, deve-se prestar atenção em:

Amendoim	Castanhas naturais ou Artificiais	Proteína Hidrolisada de Amendoim
Farinha de Amendoim	Manteiga de Amendoim	Óleo de Amendoim
Chili	Torrone	Marzipan

Em relação à alergia a **SOJA**, deve-se prestar atenção em:

Soja	Isoflavonas	Farinha de Soja
Glicina	Globulina	Lecitina
Shoyo	Tofu	Gordura Vegetal

Em relação à alergia ao **TRIGO**, deve-se prestar atenção em:

Farinha de Trigo	Flocos de Trigo	Farelo de Trigo
Mistura para Pães	Mistura para Bolos	Glúten
Pães	Bolos	Biscoitos/Bolachas

ORIENTAÇÕES AO GESTOR

Solicitar declaração médica que comprove que o escolar possui Alergia Alimentar, manter cópia em arquivo e enviar para o Departamento de Nutrição e Alimentação por meio do e-mail: fundepar.ctae@fundepar.pr.gov.br;

Verificar a substituição dos alimentos de acordo com a dieta estabelecida, bem como preparações contendo estes, conforme laudo médico;

Orientar e monitorar o pessoal que prepara e serve a alimentação escolar quanto à particularidade do aluno com Alergia Alimentar;

Algumas atividades podem colocar o estudante em contato direto ou indireto com o alérgeno. Atenção com oficinas culinárias, aulas em laboratório e visitas de campo;

Orientar e monitorar os educadores físicos quanto à inclusão da doença, quando da avaliação nutricional anual, em campo previsto para tal lançamento.



ORIENTAÇÕES À MERENDEIRA

O aluno com Alergia Alimentar não deve ter contato com o item que provoca alergia (ovos, leite, amendoim, soja, trigo ou/e outros) assim como preparações que contenha o produto;

Atenção para alimentos encaminhados pelo Programa de Alimentação Escolar que possuem tais alimentos em sua composição e não podem ser servidos aos alunos;

Ter cuidado com a Contaminação Cruzada. Traços de substâncias podem ficar em pratos e utensílios, entrar em contato o aluno e ocorrer crise;

É importante separar os utensílios dos demais utensílios e ofertar sempre bem higienizados a esses alunos.

REFERÊNCIAS

Alergia Alimentar. Associação Brasileira de Alergia e Imunologia – ASBAI. 6 de julho de 2009. Disponível em: <https://asbai.org.br/alergia-alimentar/>

Cartilha da Alergia Alimentar. PROTESE Associação de consumidores e PÔE NO RÓTULO. Novembro de 2016. Disponível em: <https://alimentacaoemfoco.org.br/wp-content/uploads/2016/11/Cartilha-da-alergia-alimentar-Poe-no-rotulo-1.pdf>

DELVES, P. J. Alergia Alimentar. Manual MSD. Outubro de 2020. Disponível em: <https://www.msdmanuals.com/pt-br/casa/doen%C3%A7as-imunol%C3%B3gicas/rea%C3%A7%C3%B5es-al%C3%A9rgicas-e-outras-doen%C3%A7as-relacionadas-%C3%A0-hipersensibilidade/alergia-alimentar?query=Alergia%20alimentar>

O que as escolas precisam saber para receber uma criança com alergia alimentar? Associação Brasileira de Alergia e Imunologia – ASBAI. 24 de janeiro de 2020. Disponível em: [https://asbai.org.br/o-que-as-escolas-precisam-saber-para-receber-uma-crianca-com-alergia-alimentar/#:~:text=A%20escola%20deve%20solicitar%20%C3%A0,derivados\)%20respons%C3%A1vel%20pela%20rea%C3%A7%C3%A3o%20al%C3%A9rgica.](https://asbai.org.br/o-que-as-escolas-precisam-saber-para-receber-uma-crianca-com-alergia-alimentar/#:~:text=A%20escola%20deve%20solicitar%20%C3%A0,derivados)%20respons%C3%A1vel%20pela%20rea%C3%A7%C3%A3o%20al%C3%A9rgica.)

PASCHOAL, V. et. al. Nutrição Clínica Funcional: dos Princípios à Prática Clínica. METHA. 2ª ed. – São Paulo. 2007 p. 74-104.