

TESTE DE
INTOLERÂNCIA
ALIMENTAR

A200
DIETA MEDITERRÂNICA

SYNLAB 

PONTOS-CHAVE

- Permite determinar a presença e os níveis de anticorpos IgG a mais de 200 alimentos.
- A análise é realizada em duplicado a cada um dos alimentos, proporcionando uma maior precisão e fiabilidade.
- A intolerância alimentar é uma reação anómala a determinados alimentos (não relacionada com a toxicidade). Esta reação afeta a atividade normal em indivíduos suscetíveis.
A diferença entre as reações alérgicas imediatas (mediadas por IgE) e as intolerâncias alimentares (mediadas por IgG) é que estas últimas são mais difíceis de detetar, uma vez que não apresentam reação causa-efeito imediata (a reação ocorre entre 8 a 72 horas depois).
- Muitos indivíduos sofrem de intolerância alimentar crónica a determinados alimentos. Estima-se que aproximadamente 20-35% da população poderá apresentar este tipo de reação.
A supressão na dieta dos alimentos aos quais o indivíduo apresenta anticorpos específicos, proporciona uma melhoria significativa na sua sintomatologia. Os alimentos podem voltar a ser inseridos na dieta, de forma gradual, após 6 meses.
- A alteração da permeabilidade intestinal ou do sistema imunitário aumenta a probabilidade de hipersensibilidade alimentar. Stress, infeções, antibióticos e o excesso de anti-inflamatórios são fatores, entre muitos outros, que podem estar na origem desta alteração.

TESTE DE INTOLERÂNCIA ALIMENTAR



Os testes geralmente denominados como testes de intolerância alimentar, avaliam a hipersensibilidade do indivíduo a determinados alimentos, mas é importante diferenciá-los dos testes a alergias (que analisam a presença de anticorpos IgE) e dos testes de intolerâncias metabólicas (incapacidade para metabolizar um alimento como, por exemplo, a intolerância à lactose por défice da enzima lactase).

TESTE DE INTOLERÂNCIA ALIMENTAR

a mais de 200 alimentos

○ **A200** avalia a resposta do sistema imunitário a mais de 200 alimentos da dieta mediterrânica. Quando se verifica uma elevada reatividade ou hipersensibilidade a um determinado alimento, recomenda-se a limitação do seu consumo, ou a sua eliminação temporária da dieta.

○ teste avalia a hipersensibilidade alimentar mediante a deteção de anticorpos IgG no sangue, produzidos pelos indivíduos, em resposta às proteínas dos alimentos. Os anticorpos IgG são os responsáveis da reação imunitária tardia e da sintomatologia associada à hipersensibilidade.

Os indivíduos que apresentam um elevado nível de IgG face a um determinado alimento, e o incluem na sua dieta, podem apresentar sintomatologia diversa, moderada e crónica, que pode contudo, ser mais grave, se o indivíduo apresentar fatores de predisposição como alterações gastrointestinais ou do sistema imunitário. Nestes indivíduos, a eliminação na dieta dos alimentos aos quais apresentam hipersensibilidade (níveis de IgG elevados), proporciona uma visível melhoria em aproximadamente 75% dos casos.

○ estudo da hipersensibilidade alimentar através da deteção de anticorpos IgG é a única metodologia comprovada por um vasto número de publicações científicas.

○ Teste **A200** consiste na determinação de anticorpos IgG no sangue, face às proteínas de mais de 200 alimentos da dieta mediterrânica.



Os sintomas clínicos mais frequentemente associados à intolerância alimentar são:

Perturbações gastrointestinais

Dores ou cólicas abdominais, prisão de ventre, diarreia, inchaço abdominal, síndrome do cólon irritável.

É a sintomatologia que, com maior frequência, leva a suspeitar de intolerância alimentar.

Alterações psicológicas

Ansiedade, letargia, depressão, fadiga, hiperatividade (principalmente em crianças).

Problemas dermatológicos

Acne, eczema, psoríase, prurido, urticária.

Problemas neurológicos

Dor de cabeça, enxaqueca, tonturas, vertigens.

Problemas respiratórios

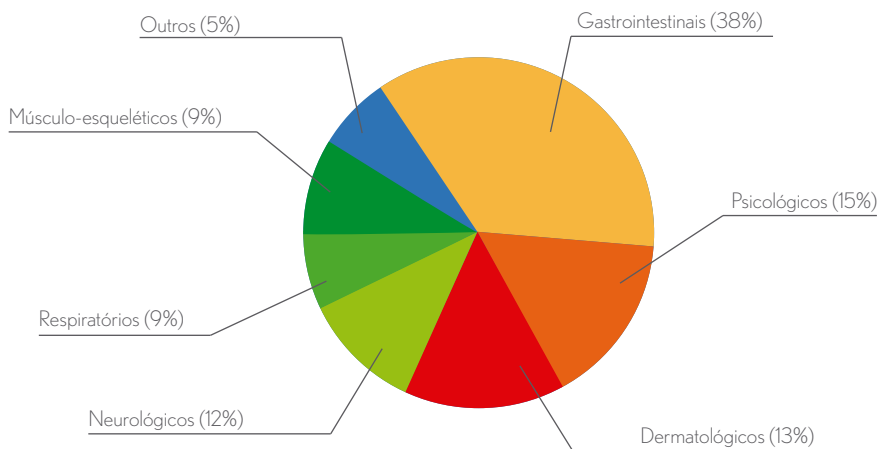
Tosse, bronquite, asma, rinite, dificuldade respiratória.

Problemas músculo-esqueléticos

Dor, rigidez, artrite, fibromialgia e inflamações articulares.

Outros

Retenção de líquidos e obesidade, etc.



[20 a 35% da população apresenta sintomas associados a intolerância alimentar.]



O teste de intolerância alimentar **A200** é uma opção importante a ter em conta nos indivíduos com qualquer uma das manifestações clínicas anteriores, sem diagnóstico etiológico e/ou sem melhoria com os tratamentos médicos habituais.

A eliminação, na dieta, dos alimentos que causam hipersensibilidade (níveis elevados de IgG), proporciona uma visível melhoria dos sintomas numa elevada percentagem de utentes. O teste **A200** é uma opção a considerar perante qualquer uma destas manifestações clínicas sem diagnóstico.

Com uma simples colheita de sangue poderá conhecer que alimentos podem ser potencialmente prejudiciais à sua saúde.

RESULTADOS

Os alimentos classificam-se como:

PERMITIDOS

NÃO RECOMENDADOS

A EVITAR

NÃO PERMITIDOS

Com os resultados desta análise, o seu médico poderá aconselhá-lo sobre o procedimento mais indicado para si.





PARA MAIS INFORMAÇÕES

808 303 203

geral@synlab.pt

www.synlab.pt

