

Alergia ao leite vaca e intolerância alimentar são temas do Congresso Paulista de Pedi

Especialistas esclarecem as diferenças e alertam para o consumo inadequado de produtos à base de soja ou de leite de outros mamíferos, como cabras e ovelhas.

Alergia e intolerância ao leite de vaca não são a mesma doença. Os sintomas, diagnóstico e tratamento dessas doenças e suas diferenças serão abordados no 11º Congresso Paulista de Pediatria, que acontece entre 17 e 20 de março, no ITM EXPO, em São Paulo. Outro aspecto que será discutido é a crença popular de que o leite de vaca possa ser substituído pelo leite de outros animais, segundo especialistas, um procedimento ineficaz. "Cerca de 90% das proteínas de outros leites, como o de cabra e de ovelha, são semelhantes às do leite de vaca e altamente alergênicas. Por isso, esses leites devem ser evitados ao máximo", explica Victor Nudelman, especialista em Alergia e Imunologia do Hospital Israelita Albert Einstein.

A alergia ao leite de vaca é uma reação do sistema imunológico à proteína do leite e pode provocar problemas gastrointestinais (diarréia, constipação, náuseas e vômitos), respiratórios (asma, rinite e chiado no peito) e na pele (manchas, lesões nas dobras e coceiras). A doença é responsável por 90% dos casos de alergia alimentar e atinge 5,7% das crianças brasileiras, principalmente no primeiro ano de vida. "Nesses casos, o tratamento exige a exclusão total de leites e derivados da dieta, pois quantidades mínimas da proteína do leite podem desencadear reações alérgicas sérias", explica Ary Lopes Cardoso, pediatra nutrólogo, chefe da Unidade de Nutrologia do Instituto da Criança da FMUSP. Uma das alternativas é a substituição do leite por fórmulas infantis especiais à base de proteínas hidrolisadas (nesse processo a proteína é fragmentada e tem menor chance de causar a reação alérgica) ou fórmula especial composta de aminoácidos livres.

Já a intolerância à lactose caracteriza-se pela dificuldade do intestino em digerir o açúcar do leite (lactose). "Isso ocorre devido à falta ou deficiência da lactase, enzima que ajuda o organismo a digerir e absorver o açúcar do leite", afirma Roseli Sarni, pediatra nutróloga, presidente do Departamento de Nutrologia da Sociedade Brasileira de Pediatria e presidente do Instituto Girassol - Grupo de Apoio a Portadores de Necessidades Nutricionais. Estima-se que 45% dos adultos e adolescentes tenham a doença no Brasil sendo também freqüente em crianças a partir da fase pré-escolar. Os sintomas mais freqüentes são diarréia, cólicas, distensão abdominal, náuseas, vômitos e o tratamento requer uma orientação nutricional. "Não há necessidade da retirada total do leite de vaca e derivados da dieta, mas deve-se limitar a oferta a quantidade tolerada destes alimentos", explica.