

# Bebês podem ingerir alimentos alergênicos, diz estudo

<https://sem lactose.com/index.php/2010/01/18/bebes-podem-ingerir-alimentos-alergenicos-diz-estudo/>

Última atualização em: 19/01/10



A matéria publicada pela Folha Online no dia 11/01/10 comenta

sobre a introdução de alimentos alergênicos na dieta de bebês, um tema polêmico entre profissionais da saúde, discutido no último congresso mundial de alergia realizado em Buenos Aires. Selecionamos alguns trechos da matéria e publicamos neste post.

A introdução de alimentos alergênicos na dieta de bebês é sempre avaliada com muita cautela por pediatras e nutricionistas, que acreditam que atrasar a introdução desses alimentos ajuda a prevenir o desencadeamento de alergias alimentares nos pequenos.

No entanto, a matéria menciona um estudo divulgado no World Allergy Congress em Dezembro de 2009, demonstrando que tal atraso pode não ser tão benéfico como pensado:

Cientistas finlandeses de várias universidades, incluindo a de Helsinki, acompanharam durante cinco anos 994 crianças. Após avaliar dados como duração do aleitamento materno, níveis de IgE (o principal anticorpo envolvido nas reações alérgicas) e idade com que essas crianças começaram a comer batatas, aveia, centeio, trigo, carne, peixe e ovos, eles concluíram que a introdução tardia desses alimentos esteve mais relacionada ao risco de sensibilidade alérgica. Ovos, aveia e trigo foram os itens mais relacionados às reações.

Outro conceito interessante é a Janela Imunológica. Um período considerado como o momento ideal para se fazer a introdução desses alimentos.

Isso porque, ao nascer, o sistema imunológico do bebê é extremamente imaturo. Como a alergia é uma resposta exagerada do sistema imune a corpos estranhos, à medida que amadurece ele responderia com mais força a agentes potencialmente causadores de alergias. Se o alimento for introduzido mais tarde, o sistema estaria mais preparado para responder com mais força.

“Hoje já não recomendamos atrasar a introdução de alimentos”, diz Ana Paula Moschione, presidente da Associação Brasileira de Alergia e Imunopatologia – Regional São Paulo e médica-assistente da unidade de alergia e imunologia do Instituto da Criança do Hospital das Clínicas, em São Paulo. “Mas também não recomendamos adiantar nada”, enfatiza ela. A sociedade americana de pediatria já faz essa recomendação.

Para ler a matéria na íntegra, [clique aqui](#).