



ALERGIAS E INTOLERÂNCIAS ALIMENTARES

DOCUMENTO ADAPTADO A PARTIR DO PPT - ENFERMEIRO CRISTIANO, UCC AROUCE

ALERGIA E INTOLERÂNCIA ALIMENTAR SÃO A
MESMA COISA ?

ALERGIAS ALIMENTARES

A ALERGIA ALIMENTAR É DEFINIDA COMO RESPOSTA IMUNITÁRIA EXCESSIVA A ALIMENTOS, SENDO CONSIDERADA UMA PREOCUPAÇÃO DE SAÚDE PÚBLICA SIGNIFICATIVA. O ALIMENTO É RECONHECIDO COMO AGRESSOR AO ORGANISMO, SENDO QUE A FRAÇÃO DO ALIMENTO RESPONSÁVEL POR ESSA REAÇÃO, UMA PROTEÍNA, DENOMINA-SE ALERGÊNICO.

INTOLERÂNCIA ALIMENTAR

AS REAÇÕES DE INTOLERÂNCIA ALIMENTAR PODEM APRESENTAR SINTOMAS SIMILARES À ALERGIA ALIMENTAR, CONTUDO ESTAS REAÇÕES NÃO ENVOLVEM O SISTEMA IMUNITÁRIO. PODEM ESTAR RELACIONADAS COM A INCAPACIDADE DO ORGANISMO EM DIGERIR DETERMINADO ALIMENTO, COMO É O EXEMPLO DE INTOLERÂNCIA À LACTOSE

QUAIS OS PRINCIPAIS SINTOMAS DA ALERGIA
ALIMENTAR ?

ALERGIA ALIMENTARES - PRINCIPAIS SINTOMAS



INCHAÇO DA BOCA, OLHOS E

NARIZ



DIFICULDADE EM RESPIRAR, COM

CHIADO



DOR ABDOMINAL, NAUSEAS E

VÔMITOS



SENSAÇÃO DE INCHAÇO NA

GARGANTA



AUMENTO DOS BATIMENTOS

CARDÍACOS

QUAIS OS ALIMENTOS RESPONSÁVEIS POR CERCA
DE 90% DAS ALERGIAS ALIMENTARES?

ALERGIAS ALIMENTARES

SEGUNDO A ACADEMIA EUROPEIA DE ALERGOLOGIA E IMUNOLOGIA (EAACI), CERCA DE 17 MILHÕES DE EUROPEUS SOFREM DE ALERGIAS ALIMENTARES.



EXISTEM 8 ALIMENTOS RESPONSÁVEIS POR CERCA DE 90% DAS ALERGIAS ALIMENTARES, NOMEADAMENTE PROTEÍNAS DE ORIGEM ANIMAL, COMO O LEITE DE VACA, OVOS, PEIXE, MARISCO E PROTEÍNAS DE ORIGEM VEGETAL, COMO O AMENDOIM, FRUTOS DE CASCA RIJA, TRIGO E SOJA. MAS EXISTEM CERCA DE 170 ALIMENTOS ASSOCIADOS A REAÇÕES DE ALERGIAS ALIMENTARES.

QUE ALIMENTOS E ALÉRGENOS SÃO DE DECLARAÇÃO OBRIGATÓRIA ?

(O REGULAMENTO (UE) Nº 1169/2011 ESTIPULA QUE TODOS OS ESTABELECIMENTOS QUE VENDAM OU FORNEÇAM PRODUTOS ALIMENTARES AO PÚBLICO TÊM QUE FACULTAR INFORMAÇÃO SOBRE A PRESENÇA DE INGREDIENTES QUE PODEM CAUSAR ALERGIAS E/OU INTOLERÂNCIAS)

1. CEREAIS QUE CONTÊM GLÚTEN (TRIGO, CENTEIO, CEVADA, AVEIA, ESPERTA) E PRODUTOS FEITOS À BASE DESTES CEREAIS

2. CRUSTÁCEOS E PRODUTOS À BASE DE CRUSTÁCEOS

3. OVOS E PRODUTOS À BASE DE OVOS

4. PEIXES E PRODUTOS À BASE DE PEIXE

5. AMENDOINS E PRODUTOS À BASE DE AMENDOIM

6. SOJA E PRODUTOS À BASE DE SOJA

7. LEITE E PRODUTOS À BASE DE LEITE (INCLUINDO LACTOSE)



8. FRUTOS DE CASCA RIJA, NOMEADAMENTE, AMÊNDOAS, AVELÃS, NOZES, CASTANHAS DE CATU, NOZES PECA, CASTANHAS DO BRASIL, PISTÁCIOS, NOZES DE MACADÂMIA OU DE QUEENSLAND E PRODUTOS À BASE DESTES FRUTOS, COM EXCEÇÃO DE FRUTOS DE CASCA RIJA UTILIZADOS NA CONFECÇÃO DE DESTILADOS ALCOÓLICOS.

9. AIPO E PRODUTOS À BASE DE AIPO

10. MOSTARDA E PRODUTOS À BASE DE MOSTARDA

11. SEMENTES DE SÉSAMO E PRODUTOS À BASE DESSAS SEMENTES

12. DIÓXIDO DE ENXOFRE E SULFITO DE CONCENTRAÇÕES SUPERIORES A 10MG/KG OU 10 MG/L

13. TREMOÇO E PRODUTOS À BASE DE TREMOÇO

14. MOLUSCOS E PRODUTOS À BASE DE MOLUSCOS

A ANAFILAXIA...

(REAÇÃO ALÉRGICA GRAVE)

**É UMA
EMERGÊNCIA
MÉDICA !**

SITUAÇÕES DE EMERGÊNCIA:

O QUE FAZER EM CASO DE UMA REAÇÃO ALÉRGICA GRAVE (REAÇÃO ANAFILÁTICA) ?

1. MOVIMENTAR O DOENTE O MENOS POSSÍVEL.
2. ADMINISTRAR A ADRENALINA ATRAVÉS DO AUTOINJETOR (CANETA DE ADRENALINA), MANTENDO O DISPOSITIVO NA ZONA DE APLICAÇÃO DURANTE 3 SEGUNDOS , MASSAJANDO, POSTERIORMENTE, A MESMA ZONA DURANTE PELO MENOS 10 SEGUNDOS.
3. CONTACTAR DE IMEDIATO 112, DESCREVER O QUE ESTÁ A ACONTECER E FACULTAR A LOCALIZAÇÃO EXATA DO LOCAL DO ESTABELECIMENTO DE ENSINO.
4. VERIFICAR SE EXISTE ALGUM ENFERMEIRO OU SOCORRISTA NA PROXIMIDADE QUE POSSA AJUDAR

1. MOVIMENTAR O DOENTE O MENOS POSSÍVEL.



2. ADMINISTRAR A ADRENALINA ATRAVÉS DO AUTOINJETOR

(CANETA DE ADRELANINA- VER VIDEO)

3. CONTACTAR DE IMEDIATO O 112, DESCREVER O QUE ESTÁ A ACONTECER E FACULTAR A LOCALIZAÇÃO EXATA DO LOCAL DE ESTABELECIMENTO DE ENSINO

INFORME DE FORMA SIMPLES E CLARA:

- ✓ A LOCALIZAÇÃO EXATA E, SEMPRE QUE POSSÍVEL, PONTOS DE REFERÊNCIA;
- ✓ O NÚMERO DE TELEFONE DO QUAL ESTÁ A LIGAR;
- ✓ O TIPO DE SITUAÇÃO;
- ✓ O NÚMERO, O SEXO E A IDADE APARENTE DAS PESSOAS A NECESSITAREM DE SOCORRO;
- ✓ AS QUEIXAS PRINCIPAIS E AS ALTERAÇÕES QUE OBSERVA.

ATENÇÃO!

**NUNCA DESLIGAR A CHAMADA
DE EMERGÊNCIA ATÉ QUE LHE
DIGAM O QUE PODE FAZER!**

3. VERIFICAR SE EXISTE ALGUM

ENFERMEIRO POR PERTO



QUE PROCEDIMENTOS DEVE A ESCOLA TOMAR PARA ALUNOS COM ALERGIA (AA) ?

AS ALERGIAS ALIMENTARES (AA) ATINGEM CERCA DE 5% DE CRIANÇAS E JOVENS EM IDADE ESCOLAR, MANIFESTANDO UM CONJUNTO DE SINTOMAS, EM CASO DE CONTACTO OU INGESTÃO INADVERTIDA DO ALERGÉNIO. OS SINTOMAS PODEM SER DE GRAVIDADE CRESCENTE, PODENDO ATINGIR RISCO DE VIDA PARA A CRIANÇA OU JOVEM.

