



ALERGIA A ADITIVOS ALIMENTARES: FATO OU FICÇÃO?



Os aditivos alimentares são representados por antioxidantes, flavorizantes, corantes, conservantes, espessantes, entre outros. A maioria dos aditivos é ingerida em pequenas quantidades e estão presentes na maioria dos alimentos industrializados. Estima-se que cerca de 5000 aditivos podem, de alguma forma, estar presentes na nossa alimentação. A maioria é desconhecida pelos profissionais de saúde e o seu consumo é de cerca de 70 kg/pessoa/ano. Aditivos alimentares melhoram a qualidade da conservação dos alimentos mantendo, e às vezes, até aumentando o seu valor nutricional.

Além disso, eles aumentam a aceitabilidade do consumidor, tornando os alimentos mais seguros, mais saudáveis, mais baratos e mais abundantes. Não conseguiríamos produzir alimentos em quantidade suficiente para todos se não fosse a ajuda dos aditivos alimentares.

Apesar de serem amplamente utilizados, o número de aditivos alimentares implicados em reações adversas é muito pequeno. De maneira geral, quando estas reações ocorrem, há baixa correlação entre manifestações alérgicas e aditivos ou corantes contidos em alimentos. Glutamato monossódico, nitratos, benzoato, parabenzóicos, sulfitos, butil-hidroxi-anisol (BHA), butil-hidroxi-tolueno (BHT) e a tartrazina nunca tiveram seus supostos malefícios comprovados. A tartrazina é um corante e pode ser encontrada em sucos artificiais, gelatinas e balas coloridas, enquanto o glutamato monossódico pode estar presente nos alimentos salgados e em temperos (caldos de carne ou galinha).

Apesar de serem frequentemente relacionadas com reações adversas pela família da criança e até pelos médicos, apenas uma porção muito pequena apresenta verdadeira relação de causa e efeito quando testada de forma cientificamente correta. Manifestações como urticária, inchaço, asma ou anafilaxia decorrentes de aditivos alimentares são extremamente raras e alguns autores chegam a desconsiderar esta possibilidade. A tartrazina, talvez o aditivo mais conhecido, já esteve associada a episódios agudos de asma e outras reações alérgicas, porém esse conceito já foi abandonado devido à completa falta de evidências que o comprovem.

Reações a aditivos raramente precisam ser investigadas e, quando necessário, apenas excepcionalmente e em pacientes selecionados. A única maneira de se fazer o diagnóstico da reação aos aditivos é por intermédio do teste de provocação oral (TPO). Não existem testes alérgicos ou exames laboratoriais que comprovem o diagnóstico de alergia a aditivos e corantes. Diante da falta de evidências científicas e clínicas os aditivos químicos, até o momento, não devem ser implicados como agentes causadores de reações alérgicas na infância.

Fonte: Revista Brasileira de Alergia e Imunopatologia.
Vol. 31, Nº 2, 2008