

quarta-feira, 14 de Dezembro de 2011, 11:23 Comunidade | Institucional | Imobiliário | Emprego | Edição Impressa | Login | Connect

**SOL** Pesquisa [sapa.pt](#)

Inicio | Opinião | Política | Sociedade | Economia | Internacional | Cultura | Desporto | Tecnologia | Vida | Multimédia | S-TV | Angola

### Época natalícia pode aumentar alergias alimentares

13 de Dezembro, 2011



Com a época natalícia a aproximar-se a passos largos, é preciso ter cuidado com as tentações servidas à mesa. O marisco, os frutos secos e até os doces ricos em ovos têm sido fontes crescentes de reacções alérgicas para milhares de portugueses, especialmente para os mais novos.

«O número de pessoas com reacções alérgicas após ingestão de determinados alimentos, mesmo em quantidades diminutas, tem vindo a aumentar», explicou João Fonseca, coordenador da unidade de imuno-alergologia do hospital cuf do porto.

**Mais Noticias »**

- Semelhança com Torres Gémeas condena projecto holandês às críticas [vídeo]
- Apresentador do Top Gear alvo de nova polémica no Reino Unido
- Roma manda remover os 'cadeados do amor' da Ponte Milvio
- Cientistas avançam no estudo da

585 visitas

Imprimir | Aumentar texto | Comentar | Partilhar

2: Produza e venda a sua energia

BELEZA SAÚDE BEM-ESTAR

## Época natalícia pode aumentar alergias alimentares

13 de Dezembro, 2011

Com a época natalícia a aproximar-se a passos largos, é preciso ter cuidado com as tentações servidas à mesa. O marisco, os frutos secos e até os doces ricos em ovos têm sido fontes crescentes de reacções alérgicas para milhares de portugueses, especialmente para os mais novos.

«O número de pessoas com reacções alérgicas após ingestão de determinados alimentos, mesmo em quantidades diminutas, tem vindo a aumentar», explicou João Fonseca, coordenador da unidade de imuno-alergologia do hospital cuf do porto.

O destaque vai para o leite de vaca, os ovos, o trigo, o marisco e os frutos secos como os alimentos que mais reacções alérgicas ou intolerâncias alimentares têm provocado a «cerca de 2 por cento da população adulta e mais de 8 por cento das crianças», na generalidade dos países industrializados.

A alergia a um determinado alimento origina o aparecimento de sintomas poucos minutos após a ingestão, podendo atingir a pele, as vias respiratórias, o sistema gastrointestinal e até o coração.

Por isso todo o cuidado é pouco. E já que ainda restam alguns dias até ao início das comemorações natalícias, os especialistas recomendam acções preventivas, através da realização de testes de provocação que permitem identificar se o organismo é ou não alérgico a certos alimentos.

Tudo para evitar que os sonhos de Natal se transformem em algo semelhante a um pesadelo.

[http://sol.sapo.pt/inicio/Vida/Interior.aspx?content\\_id=36147](http://sol.sapo.pt/inicio/Vida/Interior.aspx?content_id=36147)