



PERSPECTIVAS IMUNOLÓGICAS NA DIFERENCIAÇÃO ENTRE REAÇÕES ALÉRGICAS E INTOLERÂNCIAS ALIMENTARES

BEATRIZ DE ALMEIDA BANDEIRA MACEDO; JOÃO VICTOR ALVES DE SOUSA;
DANIELA STEFANI MARQUES; GABRIELY ALVES DOS SANTOS

Introdução: Alergia e intolerância alimentar são condições comuns e prevalentes na população mundial. Embora ambas causem desconforto e diminuição da qualidade de vida, apresentam mecanismos distintos em relação à resposta imunológica e inflamatória. Dessa forma, compreender as diferenças entre esses quadros é essencial para garantir um diagnóstico preciso e um manejo adequado. **Objetivo:** Comparar as características imunológicas de alergias e intolerâncias alimentares, esclarecendo os mecanismos celulares e moleculares que diferenciam essas respostas. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão narrativa da literatura, realizada por meio da busca e análise de artigos científicos publicados em português e inglês nos últimos 5 anos. As pesquisas foram conduzidas nas bases de dados PubMed, SciELO e LILACS, utilizando os descritores “alergia alimentar”, “intolerância alimentar” e seus correspondentes em inglês (“food allergy”, “food intolerance”). **Resultados:** As alergias alimentares envolvem ativação do sistema imunológico, com sensibilização prévia ao alérgeno e produção de anticorpos IgE, levando à liberação de histamina e outras citocinas inflamatórias. Esse processo resulta em inflamação aguda mediada por mastócitos e basófilos, podendo causar reações graves sistêmicas. Em contraste, as intolerâncias alimentares não envolvem o sistema imunológico; seus sintomas decorrem de deficiências enzimáticas ou alterações metabólicas, sem ativação de células imunológicas ou inflamação mediada por anticorpos, geralmente limitando-se ao trato gastrointestinal. **Conclusão:** Enquanto as alergias alimentares representam uma resposta imunológica potencialmente grave e sistêmica, as intolerâncias alimentares caracterizam-se por alterações metabólicas restritas ao trato digestivo, ressaltando a importância de diferenciá-las para garantir diagnósticos precisos e condutas individualizadas. O reconhecimento adequado dessas condições é fundamental não apenas para prevenir reações adversas e complicações graves, mas também para melhorar a qualidade de vida dos pacientes, orientar intervenções nutricionais adequadas e favorecer estratégias de manejo personalizadas que considerem as características clínicas e imunológicas de cada indivíduo.

Palavras-chave: Alergia alimentar, Intolerância alimentar, Diagnóstico diferencial.