



IMPACTO DA DIETA MATERNA NO DESENVOLVIMENTO DE ALERGIAS ALIMENTARES (AA) NA INFÂNCIA: UMA REVISÃO NARRATIVA

Rafaella Braite Pinto¹; Maria Angélica Lourenço Martins Rezende¹, Mariane Róvero Costa¹

¹Área de Ciências da Saúde – Centro Universitário Sagrado Coração
rafaella.braitep@gmail.com; maria.rezende@unisagrado.edu.br;
mariane.costa@unisagrado.edu.br

Tipo de pesquisa: Iniciação Científica com bolsa – FAP
Agência de fomento: Unisagrado
Área do conhecimento: Saúde – Nutrição

As alergias alimentares (AA) na infância decorrem de uma resposta imunológica anormal a determinados alimentos, sendo os principais alérgenos: leite de vaca, ovo, soja, trigo, amendoim, castanhas, peixes e crustáceos. As reações podem ser mediadas por IgE, não mediadas ou mistas, com manifestações que variam de sintomas leves, como urticária, a quadros graves, como anafilaxia. A microbiota intestinal exerce papel fundamental na modulação do sistema imune e no desenvolvimento da tolerância oral. Fatores como tipo de parto, uso de antibióticos, dieta materna, idade gestacional e amamentação influenciam sua formação. Maior diversidade microbiana nos primeiros anos de vida está associada à menor incidência de alergias. O leite materno, por conter imunoglobulinas e oligossacarídeos com efeito prebiótico, tem efeito protetor e deve ser ofertado de forma exclusiva até os seis meses. Não se recomenda excluir alérgenos da dieta materna durante a gestação ou lactação como forma de prevenção, pois não há evidências de benefício, e isso pode comprometer a nutrição da mãe. Estratégias eficazes incluem uma dieta materna equilibrada, aleitamento materno e introdução precoce (entre 4 e 6 meses) de alimentos potencialmente alergênicos, como amendoim e ovo. Essas medidas, aliadas a uma alimentação diversificada, promovem a tolerância imunológica e reduzem o risco de AA na infância. Este trabalho teve como objetivo revisar o impacto da dieta materna no desenvolvimento de alergias alimentares, por meio de uma revisão narrativa com buscas em bases nacionais (SCIELO, BVS) e internacionais (PubMed), nas áreas de nutrição e alergias alimentares.
Palavras chave: Alergias Alimentares (AA). Infância. Aleitamento Materno.