

## Recomendação

---

**Escolha não realizar testes de intolerância alimentar não validados em doentes com sintomas gastrointestinais inespecíficos, como dor abdominal, distensão abdominal e alterações dos hábitos intestinais.**

## Justificação

---

Os testes de intolerância alimentar, especialmente os que se baseiam no doseamento de anticorpos IgG contra alimentos, são amplamente comercializados e utilizados na prática clínica para avaliar sintomas gastrointestinais. No entanto, esses testes carecem de validação científica, não estando recomendados pelas autoridades de saúde para o diagnóstico de intolerâncias alimentares.

A presença de anticorpos IgG contra alimentos específicos geralmente indica apenas exposição alimentar e tolerância imunológica, não significando intolerância ou alergia. Por outro lado, a utilização destes testes pode levar a diagnósticos errados, recomendação de dietas restritivas e consequentes deficiências nutricionais desnecessárias.

Atualmente, os únicos testes de intolerâncias alimentares suportados por evidência científica incluem os anticorpos para a doença celíaca, os testes de intolerância à lactose e os testes de eliminação e reintrodução de alimentos.

***A informação apresentada nesta recomendação tem um propósito informativo e não substitui uma consulta com um médico. Caso tenha alguma dúvida sobre o conteúdo desta recomendação e a sua aplicabilidade no seu caso particular, deve consultar o seu médico assistente.***

### Bibliografia

- Gargano, D., Appanna, R., Santonicola, A., De Bartolomeis, F., Stellato, C., Cianferoni, A., Casolaro, V., & Iovino, P. (2021). Food Allergy and Intolerance: A Narrative Review on Nutritional Concerns. *Nutrients*, 13(5), 1638. <https://doi.org/10.3390/nu13051638>
- Carr, S., Chan, E., Lavine, E., & Moote, W. (2012). CSACI Position statement on the testing of food-specific IgG. *Allergy, asthma, and clinical immunology: official journal of the Canadian Society of Allergy and Clinical Immunology*, 8(1), 12. <https://doi.org/10.1186/1710-1492-8-12>

### Uma recomendação de:

Colégio da Especialidade de Gastroenterologia da Ordem dos Médicos