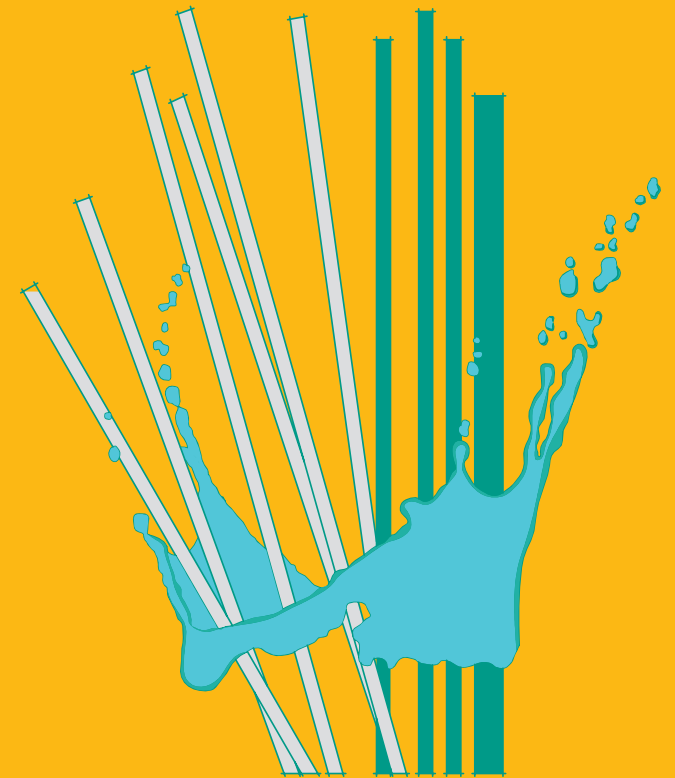


URTICÁRIA

da Clínica à Terapêutica

URTICÁRIA
da Clínica à Terapêutica



- 1 Introdução
- 2 Órgão imune cutâneo
- 3 Clínica e classificação da urticária
- 4 Urticária aguda
- 5 Urticária crónica
- 6 Urticária física
- 7 Urticária contacto
- 8 Urticária, formas especiais
- 9 Particularidades na criança
- 10 Hidratação cutânea
- 11 Implicações da urticária na qualidade de vida
- 12 Aspectos psicológicos no doente com urticária

Adenda:
Alergénios/Condicionantes ocultos



editor
Celso Pereira



Adenda

323

Alergênios/Condicionantes ocultos

Daniel Machado

Cátia Barbosa





Um doente alérgico pode estar exposto de uma forma insuspeita a um alérgico, mesmo se forem implementadas correctamente medidas de evicção a esse alérgico. A maioria das reacções de hipersensibilidade induzidas por alimentos ocorre fora do domicílio, estando relacionadas com a presença de alérgicos ocultos. É difícil implementar uma monitorização dos ingredientes usados e das condições de manuseamento dos alimentos, bem como é raro encontrar uma rotulagem completa e adequada com todos os ingredientes usados, nos restaurantes, padarias ou refeitórios.

Tem sido demonstrado que uma boa proporção das reacções anafiláticas fatais ocorre após exposição a um alérgico ao qual já era previamente conhecida a sua alergia¹. Muitas destas reacções ocorrem devido à presença de alérgicos ocultos. Para além disso, são identificados fenómenos de reactividade cruzada, que podem condicionar uma resposta alérgica de uma forma inesperada.

O reconhecimento, identificação e evicção dos alérgicos ocultos e outros factores que poderão desencadear uma resposta alérgica são essências para uma correcta orientação dos doentes. Estes condicionantes podem estar presentes nos medicamentos convencionais, suplementos alimentares e medicamentos de herbanária, produtos de dermocosmética e alimentos.

Suplementos alimentares e medicamentos de herbanária

A medicina chamada complementar ou alternativa (MCA) tem sido usada desde há muito tempo no tratamento de diversas patologias ao longo do tempo. Os chamados medicamentos de herbanária foram, aliás, a forma predominante de cuidados de saúde, antes do advento da medicina moderna. O uso de produtos ditos "naturais" é muitas vezes preferido por alguns doentes, pela percepção de que estas substâncias são "inócuas", não têm efeitos adversos e podem ser complementares ao tratamento da medicina convencional. Contudo, a constituição destes produtos "naturais" não é totalmente conhecida, os efeitos produzidos por estas substâncias não apresentam um perfil de segurança como num medicamento convencional e produzem efeitos secundários (tal como no medicamento convencional) nos quais se incluem as reacções de hipersensibilidade.

Os medicamentos da MCA podem interagir com as terapêuticas convencionais² ou são intrinsecamente tóxicos³. Por outro lado, são raros os medicamentos da MCA que são embalados de forma a evitar contactos acidentais com crianças⁴, estando estas com um risco acrescido de exposição acidental. No ano de 2007 a American Association of Poison Control Centers relatou a existência de 46898 casos de envenenamento por suplementos dietéticos, produtos de herbanária, homeopáticos, botânicos e de medicinas culturais, que corresponderam a 2 situações de fatalidade⁵.

Em Portugal, o medicamento apenas teve existência legal em 1957 com a publicação em Diário da República do Decreto-Lei nº 41448. Com a entrada nas Comunidades Europeias, esta regulamentação foi alterada de modo a ser enquadrada nas directivas europeias. É deste modo que é criado o INFARMED – Autoridade Nacional do Medicamento e Produtos de Saúde, que tem por missão “regular e supervisionar os sectores dos medicamentos, dispositivos médicos e produtos cosméticos e de higiene corporal” e “garantir o acesso dos profissionais da saúde e dos cidadãos a medicamentos, dispositivos médicos, produtos cosméticos e de higiene corporal, de qualidade, eficazes e seguros”. É esta autoridade que define as regras para introdução no mercado de um medicamento, fiscaliza todos os passos até à chegada do medicamento ao doente e monitoriza os efeitos terapêuticos e secundários deste. A função deste organismo regulador estende-se inclusivamente às terapêuticas da MCA. A Organização Mundial de Saúde (OMS) definiu os suplementos alimentares como sendo produtos (que não o tabaco) que irão suplementar a dieta; estes incluem as vitaminas, minerais, produtos de herbanária, aminoácidos ou substâncias de dietética⁶. A OMS também descreveu os medicamentos de herbanária como substâncias ou preparações derivadas de plantas com intuito de uso terapêutico nos humanos ou outro benefício na saúde das pessoas⁶. Contudo, muitos destes produtos contêm substâncias derivadas não só de plantas, como de animais, fungos, minerais, entre outros.

Os doentes atópicos estão cada vez mais a recorrer à MCA⁸. O uso deste tipo de terapêuticas é um problema particularmente preocupante, tendo em consideração que os atópicos têm um risco acrescido de reacções alérgicas^{9,10}, têm vindo a ser descritas reacções de hipersensibilidade a terapêuticas de MCA^{11,12}, e a venda da maioria deste tipo de medicamentos é livre, sem necessidade de receita médica.

Vários tipos de medicamentos “naturais” têm sido implicados em reacções alérgicas com atingimento em vários órgãos. Dentro dos mais relatados, encontram-se terapêuticas com extractos de equinácea; estes produtos estão indicados como prevenção a curto prazo e tratamento da coriza comum¹³. Na literatura estão relatados casos de anafilaxia, asma, rinite alérgica, dermatite atópica ou angioedema^{14, 15, 16}. Também são referidas reacções alérgicas graves com terapêuticas à base de geleia real^{17, 18, 19} preparações contendo pólen^{20, 21}, ou aplicação nasal de elatério¹². A procura destes alérgenos ocultos torna-se, assim, essencial para uma correcta orientação do doente alérgico.

No mercado nacional encontram-se disponíveis várias formas de apresentação, com ingredientes variados. Nas páginas seguintes apresenta-se uma listagem de vários ingredientes que poderão estar presentes em vários produtos ditos “naturais”, organizada por indicações do próprio produto.

a. Fadiga, stress e ansiedade

Forma de apresentação	Indicação	Ingrediente(s) principal(ais)
Ampolas	Ansiedade Insónia	Crataegus, passiflora, alfazema, laranjeira
Ampolas	Fadiga intelectual	Cola, guaraná, ginseng, aspartato de arginina
Ampolas	Fadiga física e intelectual	Sumos de ananás e toranja, fosfatidilcolina, fosfato de cálcio, ácido glutâmico, metionina, lisina, fenilalanina, gluconato de cálcio, gluconato de magnésio, vitamina B1, vitamina B2, vitamina B6, ácido L-aspártico, L-arginina
Ampolas	Fadiga intelectual	Carnitina, taurina, vitamina C, extractos de hibiscus, guaraná, ginseng, gengibre
Ampolas	Fadiga física e intelectual	Extracto de ginseng, trigo, cevada, milho, aveia e lentilhas, açúcar e mel, glicerofosfatos naturais.
Ampolas	Fadiga física e intelectual	Vitamina B12, glicina, hematóporfirina
Ampolas	Fadiga física intelectual	Arginina e ácido aspártico
Cápsulas	Stress Fadiga	Ginseng
Cápsulas	Stress	Crataegus
Cápsulas	Depressão ligeira a moderada Insónia Alterações de humor	Hipericão
Cápsulas	Ansiedade	Passiflora
Cápsulas	Fadiga física e intelectual	Cola, guaraná, espinheiro alvar, ginseng, <i>Ginkgo biloba</i> , magnésio
Cápsulas	Fadiga física e intelectual	Fosfatidilcolina, ácido L-aspártico, L-arginina, fosfato de cálcio, ácido glutâmico, metionina, fenilalanina, lisina, gluconato de cálcio, gluconato de magnésio, gluconato de zinco, levedura, vitamina B1, vitamina B2, vitamina B6, lecitina de soja, cera de abelhas, óleo de soja, gelatina
Cápsulas	Fadiga intelectual Memória Concentração	Ácidos gordos ómega 3, fosfatidilcolina, fosfatidilserina, fósforo, L-arginina, L-glutamina, vitamina B6, vitamina B1, vitamina B2, ácido fólico
Cápsulas	Fadiga intelectual Estimulante cerebral	Extracto de <i>Ginkgo biloba</i> , ginseng e magnésio
Cápsulas	Fadiga física e intelectual	Extracto de ginseng, milho, aveia, trigo
Cápsulas	Stress Fadiga Fraqueza Exaustão	Extracto puro de Ginseng G115®
Cápsulas	Fadiga intelectual	Aspartato de arginina

Forma de apresentação	Indicação	Ingrediente(s) principal(ais)
Comprimidos	Multivitamínico Stress	Carbonato de cálcio, óxido de magnésio, cloreto de potássio, ácido ascórbico, ácido alfa-lipóico, citrato de zinco, succinato de ácido de D-alfa-tocoferol, nicotinamida, D-pantotenato de cálcio, sulfato de manganês, cloridrato de piridoxina, éster de luteína, riboflavina, mononitrato de tiamina, acetato de retinol, ácido fólico, cloreto de crómio, biotina, selenito de sódio, iodeto de sódio, cianocobalamina e colecalciferol, celulose, dióxido de silicone, ácido esteárico, hidroxipropilmetilcelulose, estearato de magnésio e dióxido de titânio
Comprimidos	Fadiga física e intelectual	Cola, guaraná, ginseng, ácido L-aspártico e L-arginina, goma laca, goma arábica
Comprimidos	Ansiedade	Selénio, vitamina E, <i>Serenoa repens</i>
Solução	Stress Fadiga Fraqueza Exaustão	Extracto puro de Ginseng G115®
Tisana	Ansiedade Resfriados Insónia	Laranja amarga, tília, <i>Citrus aurantium</i> L. laranja doce, erva príncipe, pau de canela, aroma natural de laranja, lima e limão
Tisana	Ansiedade Alterações digestivas	Camomila
Tisana	Insónia Ansiedade	Laranjeira amarga, lúcia-lima, hibisco, canela, alcaçuz, aroma natural de laranja, de cardamomo
Tisana	Ansiedade Problemas digestivos	Lúcia-lima
Tisana	Ansiedade	Tília

b. Anti-inflamatórios

Forma de apresentação	Indicação	Ingrediente(s) principal(ais)
Cápsulas	Anti-inflamatório natural	Harpagófito
Cápsulas	Analgésico Anti-pirético	Salgueiro

c. Tracto gastro-intestinal e vias hepato-biliares

Forma de apresentação	Indicação	Ingrediente(s) principal(ais)
Ampolas	Regulador intestinal Digestões lentas	Rábano, alcachofra, alecrim, angélica
Cápsulas	Digestões lentas Flatulência	Carvão vegetal
Cápsulas	Regulador do trânsito intestinal	Fermentos lácteos, vitaminas, potássio, magnésio e zinco
Cápsulas	Regulador do trânsito intestinal	Argila verde, funcho, carvão vegetal, fructoligosacáridos, chá verde
Comprimidos	Obstipação	Aipo, aloé vera, ananás, algas, casca de limão, freixo, funcho, jalapa, sene
Pó	Obstipação	Cáscara sagrada

Forma de apresentação	Indicação	Ingrediente(s) principal(ais)
Pó	Regulador do trânsito intestinal Obstipação Retenção de líquidos	Cavalinha, zimbros, bardana, linhaça do Canadá, farelo de trigo, farelo de aveia, <i>Psyllium husk</i> , figueira-da-Índia, probióticos, maçã, toranja, laranja, ananás.
Solução	Acidez gástrica Obstipação	Aloe Vera. Pau d'Arco. Betacaroteno. Essência de laranja.
Solução	Regulador do trânsito intestinal	Fermentos lácteos, vitaminas, potássio, magnésio e zinco
Solução em saquetas	Regulador do trânsito intestinal	Glucomanano
Solução em saquetas	Obstipação	Goma de guar
Tisana	Problemas hepato-biliares	Hipericão, cavalinha, abacateiro, taraxaco, boldo
Tisana	Obstipação	Malva, funcho, sene, amieiro negro, oliveira
Tisana	Problemas gástricos. Digestões difíceis. Pirose	Funcho, orégão, poejo, chicória, macelão, sene
Tisana	Regulador do trânsito intestinal	Maçã, sene, hibisco, aroma natural de ruibarbo e de morango
Tisana	Regulador do trânsito intestinal	Morangueiro, cavalinha, funcho, cidreira, taraxaco, malvas, sene
Tisana	Regulador do trânsito intestinal	Bétula, sene, taraxaco

d. Sistema génito-urinário

Forma de apresentação	Indicação	Ingrediente(s) principal(ais)
Ampolas	Problemas urinários Patologia prostática Infecções urinárias recorrentes	Uva-ursina, urze, urtiga-maior, bétula
Cápsulas	Candidíase vaginal	Horopito, anis verde, <i>Bifidobacterium longum</i> , <i>Bifidobacterium infantis</i> , <i>Lactobacillus acidophilus</i> , <i>Lactobacillus rhamnosus</i> , <i>Lactobacillus casei</i> , <i>Streptococcus thermophilus</i> .
Cápsulas	Menopausa	Isoflavonas de soja, ómega 6 e ómega 3
Cápsulas	Pré-menopausa Menopausa	Isoflavonas de soja
Cápsulas	Menopausa Prevenção doenças cardíaco-vasculares	Isoflavonas de soja e ácido gama linoléico
Comprimidos	Menopausa	Isoflavonas de soja, fermentos lácteos probióticos, equiseto, cálcio e vitamina D3
Comprimidos	Menopausa Ansiolítico	Isoflavonas de soja, fermentos lácteos, vitamina D3, cálcio, magnésio e extracto de magnólia
Comprimidos	Menopausa	Isoflavonas de soja, fosfato de cálcio, celulose microcristalina, croscarmelose sódica, dióxido de silício, estearato de magnésio vegetal
Comprimidos	Disfunção erétil	Cloridrato de iohimbina
Comprimidos	Disfunção erétil	Arginina, proantocianidinas
Tisana	Problemas das vias urinárias, rins e próstata	Fragária, grama, urze, arenária rubra, cavalinha, medronheiro
Tisana	Problemas urinários Patologia prostática	Urtiga

e. Sistema cárdio-vascular

Forma de apresentação	Indicação	Ingrediente(s) principal(ais)
Cápsulas	Hemorróides Varizes Fragilidade capilar	Castanheiro da Índia
Cápsulas	Estimulante circulação cerebral Anti-oxidante	<i>Ginkgo biloba</i>
Cápsulas	Suplemento alimentar para o sistema cárdio-vascular	Ómega 3, vitamina E, alho envelhecido
Cápsulas	Hipercolesterolemia	Óleo de salmão (ácidos gordos Ómega 3)
Comprimidos	Aterosclerose Hipertensão arterial	Alho, sófora-do-Japão, espinheiro-alvar, visco e lúpulo
Comprimidos	Venotrópico	extracto de videira vermelha
Comprimidos	Hipertensão Regularização do ritmo cardíaco Relaxamento muscular Propriedades anti-coagulantes	Vitamina C, magnésio
Comprimidos	Anti-oxidante Protector cárdio-vascular	Vitamina C, vitamina E, extracto de nespereira, extracto de folha de oliveira, fosfato tricálcico, celulose microcristalina, fosfato dicálcico, hidroxipropilmetilcelulose, sais de magnésio de ácidos gordos, glicerol, amido, dióxido de silicone
Tisana	Hipercolesterolemia	Espinheiro-alvar, alcaçuz, curcuma, hortelã-pimenta, aroma natural de limão, aroma natural de hortelã, óleo essencial de hortelã frizada
Tisana	Problemas circulatorios Venotrópico	Videira vermelha, hibisco, maçã, aroma natural de frutos vermelhos e laranja

f. Sistema respiratório

Forma de apresentação	Indicação	Ingrediente(s) principal(ais)
Cápsulas	Síndromes gripais	Propopolis
Cápsulas	Alergia respiratória	Aucubósido
Cápsulas	Expectorante Antitússico	Marrubina
Cápsulas	Mucolítico	Óleo essencial de eucalipto
Xarope	Expectorante	Mucilagem, eucalipto, gemas de pinheiro, equinácia, drósera, vitamina C, vitamina A, fructooligosacáridos

g. Sistema imunitário

Forma de apresentação	Indicação	Ingrediente(s) principal(ais)
Ampolas	Estimulante das defesas naturais	Eucalipto, verbasco, xitaque, limão
Comprimidos	Estimulante das defesas naturais	Equinácia, vitamina C, zinco, prebióticos

h. Pele, mucosas, unhas e cabelo

Forma de apresentação	Indicação	Ingrediente(s) principal(ais)
Cápsulas	Halitose	Azeite de oliveira, sementes de salsa, hortelã-pimenta, clorofila e mentol
Cápsulas	Preparação do bronzado Problemas de visão nocturna	Cenoura
Cápsulas	Fragilidade capilar e ungueal	Luzerna
Cápsulas	Fortificante de unhas e cabelos	Óleo de borragem, óleo de soja, óleo de abóbora, extracto de sementes de uva, óleo de palmeira, cera de abelhas.
Cápsulas	Alopécia	Cistina, flavonóides, sílica, difosfato férrico, vitamina E, vitamina PP, vitaminas B5, B6, B2, B8
Comprimidos	Alopécia e fragilidade ungueal	L-cistina, arginina, vitamina B6, sulfato de zinco
Comprimidos	Fragilidade capilar e ungueal Psoríase em tratamento	Proteínas de trigo e de sésamo, vitaminas e oligoelementos
Comprimidos	Alopécia	Extracto de proteína marinha, vitamina C, extracto de cavalinha
Pó	Fragilidade capilar e ungueal Psoríase em tratamento	Proteínas de trigo, vitaminas e oligoelementos.
Tisana	Queimaduras	Alcaçuz, curcuma, matricária, alteia, aroma natural de baunilha

i. Sistema ósteo-articular

Forma de apresentação	Indicação	Ingrediente(s) principal(ais)
Ampolas	Problemas reumáticos	Urtiga-maior, groselheira-negra, salgueiro, harpagófito
Cápsulas	Osteoporose	Hidróxido de cálcio, óxido de cálcio, aminoácido extraído de extracto de alga, gelatina, água, glicerina
Cápsulas	Dor articular Fortalecimento de articulações	Cartilagem de tubarão, silício, fósforo, magnésio, ferro, vitamina B1, vitamina B2, nicotinamida, ácido pantoténico, vitamina B6, vitamina B12, vitamina D3, flúor
Cápsulas	Articulações	Glucosamina, condroitina, cobre, selénio, zinco, manganés, vitamina E
Tisana	Articulações Drenante	Groselha negra, maçã, hibisco, canela, aroma natural de groselha negra e de laranja

j. Emagrecimento

Forma de apresentação	Indicação	Ingrediente(s) principal(ais)
Ampolas	Emagrecimento Celulite Diurético	Videira vermelha, salgueiro branco, chá de java, hamamélia, gilbardeira, chá verde, uva ursina, ananás, vitamina C, potássio
Cápsulas	Emagrecimento	Crómio, funho, zinco, chá verde, guaraná, cafeína, papaia, vitamina C, gengibre, rábano, vitamina B3

Forma de apresentação	Indicação	Ingrediente(s) principal(is)
Ampolas	Emagrecimento Celulite Diurético	Videira vermelha, salgueiro branco, chá de java, hamamélia, gilbardeira, chá verde, uva ursina, ananás, vitamina C, potássio
Cápsulas	Emagrecimento	Extracto de chá verde, cacau, toranja, maçã, ananás, inulina, alcachofra, salsa, funcho, groselha negra
Cápsulas	Emagrecimento para homem	Chá verde, mate, guaraná, chá de Yunan, funcho, cevada, chicória, toranja, ginseng, gengibre
Cápsulas	Adelgaçante	Ácido linoleico conjugado, cacau, chá branco, rainha dos prados, funcho marinho, uva. Erva cidreira, saponinas de soja, videira, vitamina B6
Cápsulas	Emagrecimento	Algas marinhas (<i>Fucus vesiculosus</i>), ácido fólico, vitamina C, vitaminas do grupo B (B1, B2, B6, B12), cobre, crómio, zinco, selénio, ferro, manganésio, iodo e proteínas
Cápsulas	Celulite	Ananás
Cápsulas	Emagrecimento Fadiga fácil	Chá verde
Cápsulas	Regulador do apetite Regulador do peso corporal	<i>Garcinia cambogia</i>
Cápsulas	Inibidor do apetite	Goma de alfarroba
Cápsulas	Inibidor do apetite	Konjac
Cápsulas	Adelgaçante Regulador do peso corporal	Laranja amarga
Cápsulas	Adelgaçante Cálculos biliares	<i>Orthosiphon stamineus</i>
Cápsulas	Celulite Digestões difíceis	Papaia
Cápsulas	Emagrecimento Anti-oxidante	Ácido linoleico conjugado, chá verde.
Cápsulas	Emagrecimento	Ácido linoleico conjugado
Cápsulas	Celulite	Glucomanano, ananás
Cápsulas	Obesidade	Glucomanano e extracto de levedura
Cápsulas	Obesidade	Glucomanano
Cápsulas	Emagrecimento	Fibrocaptol (fibras absorventes de cacau e laranja)
Cápsulas	Celulite	Ácido linoleico conjugado
Cápsulas	Celulite	Óleo de peixe, óleo de borragem, óleo vegetal de microalga, videira, alga castanha, <i>Ginkgo biloba</i> , <i>Ruscus aculeatus</i> , <i>Melilotus officinalis</i> , centelha asiática, essência de laranja, vitamina B6, vitamina E, ácido lipóico, ácido fólico
Cápsulas	Celulite Emagrecimento	Centelha asiática
Cápsulas	Emagrecimento para homem	Ácido linoleico conjugado, extracto de ginseng, extracto de guaraná, extracto de gengibre
Cápsulas	Controlo do peso	Quitosano, extracto de feijoeiro, levedura de crómio, vitaminas C e B6
Cápsulas	Emagrecimento	Ácido linoleico conjugado, chá verde

Forma de apresentação	Indicação	Ingrediente(s) principal(ais)
Cápsulas	Emagrecimento	Crómio, garcínia cambogia, caneleira, banana, <i>Gymnema sylvestris</i>
Cápsulas	Estimulador sensação de saciedade	Glucomanano
Cápsulas	Celulite Emagrecimento	Faseolamina, chá verde, papaia e ananás
Cápsulas	Emagrecimento	Nopal, quitosano, glumanano, vitamina C, café verde, banana
Cápsulas	Emagrecimento	Neopuntia®; garcínia cambogia; faseolamina
Cápsulas	Adelgaçante	Ácido linoleico conjugado
Cápsulas	Emagrecimento	Figo da Índia
Cápsulas	Celulite	Polifenóis de uva, ácido linoleico conjugado
Cápsulas	Adelgaçante	Ácido linoleico conjugado, crómio
Cápsulas	Adelgaçante	Ácido linoleico conjugado, crómio
Cápsulas	Regulador do peso corporal	Quitosano, ácido succínico, ascobarto de cálcio, inulina, citrato zinco
Cápsulas	Celulite Adelgaçante	Pé de cereja, casca de uva
Cápsulas	Celulite	Laranja amarga, cola, cacau, papaia, ananás, chá verde, funcho, ulmária, groselha negra
Cápsulas	Controlo do peso Emagrecimento	Cacau, crómio
Cápsulas	Emagrecimento Adelgaçante	Ácido linoleico conjugado, chá verde, canelá, crómio
Cápsulas	Emagrecimento	Ácido linoleico conjugado, chá verde, extracto natural de maçã
Cápsulas	Emagrecimento na menopausa	Papaia, chá verde, crómio, linho, cidreira, inhame, vitamina E, vitamina A, selénio
Cápsulas	Emagrecimento	Quitosano, vitamina C, cafeína, catequinas
Chá	Emagrecimento	Chá verde
Chá	Emagrecimento Fadiga física	Chá verde
Chá	Emagrecimento Problemas digestivos	Chá verde, menta
Comprimidos	Adelgaçante	Vitamina C, extracto de chá verde, extracto de urtiga, extracto de guaraná, extracto pés de cereja, extracto videira vermelha, cálcio, FOS, Lactobacillus acidophilus, vitamina B e D, L-carnitina, extrato de cominho, extracto de rábano, óleo de peixe, vitamina E, selenato de sódio, extracto de erva de São João
Comprimidos	Adelgaçante. Eliminação de líquidos, gorduras e toxinas	Extracto de urtiga, extracto de oliva, extracto de pé de cereja, extracto de hibisco, extracto de damiana, extracto de sabugueiro, ómega 3
Comprimidos	Emagrecimento	Extracto de chá verde, cacau, toranja, maçã, ananás, inulina, alcachofra, salsa, funcho, groselha negra
Comprimidos	Adelgaçante	Sene, cáscara sagrada, lactose, malvas, alcachofra, quebra pedra, alcaravia, anti-aglomerantes E341 e E553b.
Comprimidos	Emagrecimento	Garcínia cambogia, L-carnitina, co-enzima Q10, crómio.

Forma de apresentação	Indicação	Ingrediente(s) principal(is)
Comprimidos	Emagrecimento Diurético	Extracto de taraxaco, ulmária, salsaparilha, guaraná, bioflavonóides de limão, vitaminas C, E, B3, B6, magnésio
Comprimidos	Emagrecimento Obstipação Hipercolesterolemia	Linhaça do Canadá, alcachofra, dente de leão, farelo de trigo, farelo de aveia, <i>Psyllium husk</i> , figueira-da-Índia, probióticos, maçã, toranja, laranja, ananás
Comprimidos	Obesidade Obstipação	Cassia, cascara sagrada, aloés, algas, limão fibra, amieiro negro
Comprimidos	Adelgaçante Emagrecimento	Extracto de chá de java, extracto de chá verde, extracto de café verde, vitamina C, extracto de ananás, extracto de centelha asiática, extracto de gilbardeira, extracto de videira vermelha, ácido linoleico conjugado
Comprimidos	Emagrecimento Controlo de peso	Quitosano, ácido succínico, ascorbato de cálcio, inulina, citrato de zinco, estearato de magnésio
Comprimidos	Emagrecimento Controlo do apetite	<i>Garcinia cambogia</i> , crómio, <i>Gymnema sylvestris</i> , hipericão, vitamina B1
Comprimidos	Emagrecimento	Laranja amarga, mate, guaraná, canela, goiaba, pé de cereja, rábano negro, erva doce, ácido linoleico conjugado, co-enzima Q10, colagénio
Comprimidos	Adelgaçante	Guaraná, cacau, cafeína e pimenta vermelha, ginseng, rabanete negro, hortelã-pimenta, Oxylia®, CLA e Co-enzima Q10
Comprimidos	Emagrecimento	Chá verde descafeinado, extracto de alecrim, extracto de dente-de-leão
Comprimidos	Emagrecimento	Rábano negro, cassis, extracto de maçã, complexo de crómio, urtiga, extracto de ostra, chá verde, <i>Theobroma cacao</i> , faseolamina, papaia, inulina
Comprimidos	Emagrecimento Adelgaçante	Lúpulo, salva, acerola, licopeno, pró vitamina A, vitamina E, chá verde, <i>Theobroma cacao</i> , toranja, rábano, funcho, fibras de tomate, inulina
Comprimidos	Emagrecimento	Fibras, zinco, crómio, café verde
Comprimidos	Emagrecimento	Café verde, chá verde, cafeína, centelha asiática, urtiga, cacau, crómio
Comprimidos	Emagrecimento	Extracto de uva, vitamina C
Pó	Emagrecimento Celulite Hipercolesterolemia Obstipação Halitose	L-carnitina, arginina e garcinia cambogia, linhaça do Canadá, aloé vera, farelo de trigo, farelo de aveia, <i>Psyllium husk</i> , figueira-da-Índia, probióticos
Pó	Emagrecimento para homem	Chá verde, chá vermelho, figo da índia, alcachofra, espargo, feijão, prebióticos, probióticos
Pó	Adelgaçante Anticelulítico	Chá verde, chá vermelho, ananás, papaia, semente de uva, chicória, prebióticos, erva mate
Pó	Emagrecimento	Quitosano
Pó	Emagrecimento Adelgaçante	L-carnitina, vitamina B2, chá verde, guaraná

Forma de apresentação	Indicação	Ingrediente(s) principal(ais)
Pó	Emagrecimento Adelgaçante	Ácido linoleico conjugado, teobromina, crómio e soro de leite
Pó	Emagrecimento	Cacau, toranja, fibras, feijão branco, zinco, crómio e fibras
Pó	Adelgaçante	Anis verde, papaia, menta, prebióticos, probióticos, cavalinha, camomila
Pó	Emagrecimento	Café verde, rosa-canina, pés de cereja, guaraná, mate, laranja, uva, cavalinha, chá verde
Pó	Celulite	Chá verde, glucosamina, aroma de morango, casca de pinheiro
Solução	Emagrecimento Adelgaçante Celulite Retenção de líquidos	Café verde, chá verde, cafeína, centelha asiática, urtiga
Solução	Emagrecimento Diurético Regulador do apetite	Chá verde, alcachofra, dente de leão, pêssego
Solução	Emagrecimento	Noz de cola, groselha, dente de leão, rainha dos prados, freixo, bardana, polpa de tamarindo, pé de cereja, grama, goiaba, groselha preta, alcachofra, funcho, alga rosa, ginseng
Solução	Celulite	Dente de leão, funcho, rosmaninho, chá verde, cassis, café verde, guaraná
Solução	Adelgaçante Diurético	Extracto de bétula, chá de java, pilosella, extracto de ginseng, chá verde, extracto de taraxaco, uva ursina, limão, extrato de urtiga branca, frangula e funcho, extracto de passiflora e oliveira, zinco
Solução	Adelgaçante para homem Diurético	Extracto de taraxaco, chá de java, pilosella, vitamina C, extracto de ginseng, L-carnitina, extracto de guaraná, fibra solúvel e extracto de gengibre
Solução	Adelgaçante Diurético	Extracto de bétula, chá de java, pilosella, extracto de ginseng, chá verde, extracto de taraxaco, uva ursina, limão, extrato de urtiga branca, frangula e funcho, extracto de passiflora e oliveira, zinco
Solução	Adelgaçante Diurético	Bardana, taraxaco, cerejeira, groselheira negra, rainha dos prados, ananás, centelha asiática, chá vermelho, vitaminas B1 e B6, potássio
Solução	Emagrecimento Celulite Estimulador de sensação de saciedade	Fructoligosacáridos, L-carnitina, cloreto de potássio, chá verde, guaraná, ananás, centelha asiática, erva-mate, garcinia, videira vermelha, vitaminas B1, B6, e B12
Tisana	Emagrecimento Laxante	Sene, cavalinha, boldo
Tisana	Obesidade	Sene, bétula, cavalinha, chicória, funcho, erva-prata
Tisana	Celulite	Chá verde, funcho, citronela, rosmaninho, orthosiphon, aroma natural de pêssego, aroma natural de laranja, óleo essencial de limão
Tisana	Emagrecimento Agitação	Chá verde, hibisco, laranja amarga, funcho, limão, aroma natural de limão, aroma natural de laranja, óleo de toranja

j. Outros suplementos alimentares

Forma de apresentação	Indicação	Ingrediente(s) principal(is)
Ampolas	Fadiga intelectual Raquitismo Desnutrição Anorexia Suplemento alimentar	Extracto de trigo, cevada, milho, aveia, feijão, lentilhas, mel de abelhas
Ampolas	Multivitâmico	Extracto de ginseng, geleia real, vitaminas do complexo B e vitamina C
Cápsulas	Multivitâmico	Extracto de <i>Ginkgo biloba</i> , ácidos gordos ómega 3, fosfatidilserina, vitamina E, ácido fólico, vitamina B12
Cápsulas	Multivitâmico Anti-oxidante Estimulante do apetite	Óleo de borragem, óleo de soja, triglicéridos de ácidos gordos, ácido alfa-lipóico, estearato de magnésio, lecitina de soja, D-alfa-tocoferol, oleato de poligliceril, dióxido de titânio, complexo vitamínico do grupo B: pantotenato de cálcio, cloridrato de piridoxina, riboflavina, mononitrato de tiamina, óxido de ferro vermelho (E172), selenometionina
Cápsulas	Multivitâmico	Beta-caroteno (pró-vitamina A), vitamina B1, vitamina B2 (riboflavina), vitamina B3 (nicotinamida, ác. Nicot., PP), vitamina B5 (ácido pantoténico), vitamina B6 (piridoxina), vitamina B8 (biotina, vitamina H), vitamina B12 (cianocobalamina), vitamina C (ácido ascórbico), vitamina E (alfa tocoferol), ferro, óleo de soja.
Cápsulas	Vitamina C	Vitamina C extraída da baga de acerola
Cápsulas	Multivitâmico Gravidez Lactação	Óleo de peixe, óxido de magnésio, hidrogenofosfato de cálcio, vitamina C, sulfato de ferro, carbonato de cálcio, sulfato de zinco, vitamina B3, vitamina E, cera amarela de abelha, vitamina B5, lecitina de soja, sulfato de manganês, vitamina B6, vitamina B2, vitamina B1, sulfato de cobre, ácido fólico, vitamina B8, iodeto de potássio, vitamina B12, gelatina, glicerina, corante E 172 e E 171
Cápsulas	Suplemento minero-vitamínico e antioxidante para a visão	Luteína, ácidos gordos ómega 3, betacaroteno, selénio, vitamina C, vitamina E, zinco
Cápsulas	Multivitâmico	Ómega 3, ginseng, <i>Bacopa monniera</i> , lecitina de soja, fosfatidilserina, coenzima Q10
Cápsulas	Multivitâmico Problemas oculares	Vitamina E, vitamina C, vitamina PP, gluconato de zinco, gluconato de magnésio, levedura rica em selénio, lecitina de soja
Cápsulas	Multivitâmico Problemas oculares	Luteína, vitaminas, minerais
Cápsulas	multivitâmico	Luteína, zeaxantina, ómega 3, vitaminas, minerais
Comprimidos	Multivitâmico	Selénio, vitamina E, vitaminas do complexo B, magnésio, boro e outros nutrientes
Comprimidos	Anti-oxidante	Selénio de origem orgânico com vitaminas A, C e E
Comprimidos	Anti-oxidante	Selénio de origem orgânico com vitaminas A, C e E, ácido alfa lipóico e manganésio

Forma de apresentação	Indicação	Ingrediente(s) principal(ais)
Comprimidos	Multivitáminico Problemas oculares	Extracto de <i>Ginkgo biloba</i> , vitamina E, zinco e cobre
Comprimidos	Multivitáminico	Magnésio e vitamina B6
Comprimidos	multivitáminico para a gravidez e aleitamento	Complexo probiótico, multivitáminico e mineral
Comprimidos	anti-oxidante	Magnésio e Co-enzima Q10
Comprimidos	Multivitáminico para desportistas	Vitaminas, minerais, Co-enzima Q10, ginseng, <i>Ginkgo biloba</i>
Comprimidos	Multivitáminico	Vitamina A, vitamina D, vitamina B2, vitamina PP, vitamina B5, vitamina B6, vitamina B12, vitamina C, vitamina E, cálcio, cobre, iodo, ferro, magnésio, manganésio, molibdénio, zinco
Comprimidos	Anti-oxidante Problemas oculares	Glucodamina, colagénio hidrolizado e vitamina E, com extracto de sementes de <i>Vitis vinifera</i>
Comprimidos	Multivitáminico	Magnésio, vitaminas do complexo B, vitamina C, ácido fólico, biotina e cloridrato de betaína
Comprimidos	Problemas oculares	Vitamina C, vitamina E, vitamina A, selénio
Comprimidos	Problemas oculares	Vitaminas antioxidantes (vitamina C e E), minerais (zinco e selénico), luteína e zeaxantina
Comprimidos efervescentes	Cálcio	Ácido cítrico, ácido málico, carbonato de cálcio, carbonato de sódio, ciclamato, sacarina, aroma de limão, amido de arroz
Comprimidos efervescentes	Magnésio	Ácido cítrico, ácido málico, carbonato de sódio, óxido de magnésio, carbonato de potássio, manitol, amido de arroz
Comprimidos mastigáveis	Multivitáminico	Vitamina A, vitamina D3, vitamina K1, vitamina C, vitamina PP, vitamina E, vitamina B5, vitamina B6, vitamina B2, vitamina B1, ácido fólico, vitamina B7, vitamina B12
Solução	Suplemento alimentar Multivitáminico	<i>Aloe barbadensis</i> , aminoácidos, vitamina C e E e zinco
Solução em saquetas	Fortalecimento muscular Anti-oxidante Multivitáminico	Extractos de cardo mariano, abrolho e kuzu, vitaminas, minerais, aminoácidos, glucosamina.
Xarope	Fadiga intelectual Raquitismo Desnutrição Anorexia Suplemento alimentar	Extrato de trigo, cevada, milho, aveia, feijão, lentilhas, mel de abelhas
Xarope	Falta de apetite Hiperactividade Estimulante sistema imunitário	Geleia real fresca, mel, ómega 3, vitamina E, vitamina B1, vitamina B6, vitamina B9, vitamina B12, vitamina D3, vitamina C

Dermocosmética

Os produtos cosméticos e de higiene corporal (PCHC) compreendem todas as substâncias ou preparações que se destinam a limpar, perfumar, proteger, manter em bom estado, corrigir os odores corporais e modificar o aspecto; podem ser aplicados nas áreas da epiderme, sistemas piloso e capilar, unhas, lábios, dentes e mucosa bucal e órgãos genitais externos²². Em Portugal existem directivas que estabelecem o regime jurídico aplicável aos PCHC²². Estas normas definem as regras que devem existir na composição destes produtos, a sua qualidade, rotulagem, publicidade, comercialização, avaliação e fiscalização da produção e comercialização.

Apesar do uso generalizado de cosméticos e das directivas existentes para a sua produção, embalagem, armazenamento e comercialização, há muito pouca informação sobre a incidência de reacções adversas a PCHC²³. Um estudo espanhol onde foi avaliada uma série de testes epicutâneos realizados num período de 7 anos, identificou os cosméticos como causa de 27,3% dos casos de dermatite de contacto²⁴. Noutros estudos a frequência de testes epicutâneos positivos a fragrâncias foi de 1,1% na Dinamarca²⁵ e de 1,8% na Noruega²⁶.

São vários os alergénios que podem estar presentes nos cosméticos (Tabela 1)²³. Nestes incluem-se substâncias que funcionam como conservantes, corantes, fragrâncias, surfactantes, humectantes, emolientes, emulsionantes, filtros UV, entre outros. Os alergénios mais comuns são as fragrâncias e os conservantes.

Tabela 1 Alergénios mais frequentes nos cosméticos²³

Fragrâncias
Metilcloro-isotiazolinona e metil-isotiazolinona
Metildibromoglutaronitrilo
Formaldeído
Quartenium-15
Imidazolidinilureia
Diazolidinilureia
Bronopol
DMDM hidantoína
Parabenos
Iodopropinil butilcarbamato
Resina formaldeído
p-fenilendiamina e corantes capilares relacionados
Betaina cocamidopropil
Filtros UV
Lanolina e derivados
Gliceriltioglicolato
Propileno glicol
Anti-oxidantes

De seguida, são apresentados vários produtos dermocosméticos, classificados de acordo com a sua utilização, fazendo-se discriminação dos principais ingredientes presentes em cada formulação.

a. Higiene da pele saudável

Forma de apresentação	Indicação	Ingrediente(s) principal(ais)
Solução	Limpeza sem água da pele sensível normal a seca	Água termal, glicerina, extracto de hamamélis, extracto de bleuet
Solução	Limpeza sem água da pele normal a mista	Água termal, extracto de mirto, extracto de amor-perfeito
Solução	Limpeza sem água de todo o tipo de pele	Água destilada de elicrisio, ésteres de glucose, derivados hidrossolúveis de silicone, ácido hialurónico, vitamina C
Gel	Limpeza com água	Micropartículas exfoliantes

b. Hidratantes para pele saudável

Forma de apresentação	Indicação	Ingrediente(s) principal(ais)
Solução	Limpeza sem água de pele desidratada	Glicerina, hialuronato de sódio, água termal, óleo desmaquilhante
Leite	Limpeza sem água para pele desidratada	Glicerina, hialuronato de sódio, água termal, óleo desmaquilhante
Máscara	Rosto	Hialuronato de sódio, água termal
Creme	Olhos. Desidratação, papos	Hialuronato de sódio, glicerina, cafeína, água termal
Creme	Lábios	Ácido mandélico, filtros UVA e UVB, bisabolol, vitamina E, cera de carnaúba e cera de abelhas
Creme	Lábios	Aveia coloidal, cera de carnaúba, óleo de rícino, óleo de sésamo, ceramidas, trimetilglicina, retinol, vitamina E, bisabolol, ácido hialurónico, ácido salicílico, ácido láctico, pantenol, óxido de titânio, óxido de zinco
Stick	Lábios secos	Ceramidas 1, 3, e 6, óleo vegetal hidrogenado, manteiga de karité, cera de abelha, colesterol, alfa bisabolol
Stick	Lábios secos	Óleo de borragem, manteiga de karité, vitaminas C e E
Creme	Lábios secos	Vaselina, glicerina, manteiga de karité, esqualano
Creme	Mãos	Aveia coloidal, amido de milho, farinha integral de arroz, ureia, fitantriol, pantenol, vitamina E, alantoína, glicerina, ciclo-pentasiloxano
Creme	Mãos secas	Óleo de abacate, polímeros fluorados de téflon, glicerina, manteiga de karité, tréhalose, pidolato de cobre, gluconato de manganésio
Creme	Pés	Aveia coloidal, farinha integral de arroz, amido de milho, ureia, ácido salicílico, ácido málico, ácido cítrico, ácido láctico, alantoína, glicerina

Forma de apresentação	Indicação	Ingrediente(s) principal(ais)
Gel	Todo o tipo de pele	Colagéneo, mucopolissacáridos, poliglicerilmetacrilato, glicerina, vaselina, parabens
Leite	Pele normal a mista	Água termal, ácidos gordos essenciais, ceramidas, colesterol, acetil citrullil arginina
Leite	Pele seca	Glicerina, vaselina, óleo de cártamo
Creme	Pele normal	Glicerina, ácidos gordos ómega 3 e 6, pantenol, bisabolol, filtros solares
Creme	Pele normal	Glicerina, ómega 3 e 6, pantenol, bisabolol, bisabolol.
Creme	Pele normal	Glicerina, ómega 3 e 6, pantenol, bisabolol, manteiga de karité
Creme	Pele normal	<i>Ginkgo biloba</i> , glucano, lactose
Creme	Pele normal	<i>Ginkgo biloba</i> , glucano, lactose, glicerina, pantenol
Creme	Pele seca	Ceramidas 1, 3 e 6, ácido linoleico, silicone hidrófilo, vaselina, manteiga de karité

c. Sensibilidade, intolerância e irritações

Forma de apresentação	Indicação	Ingrediente(s) principal(ais)
Solução	Limpeza sem água	Micro-emulsão não deslipidante, <i>Cucumis sativus</i>
Solução	Limpeza sem água peles sensíveis e irritadas	Sais minerais e oligoelementos
Solução	Limpeza sem água da pele reactiva, sensível ou frágeis e com vermelhidão	Saponinas, água floral de rosas, alantoína, dimetil oxobenzo dioxasilano, agentes hidratantes, filmogénicos e isotónicos
Solução	Limpeza sem água da pele com vermelhidão ou com rosácea	Água de hamamélis, ácido hialurónico, metil sulfonil metano, ésteres de glucose, derivados hidrossolúveis de silicone
Solução	Limpeza sem água de rosto, olhos e lábios	Oligómeros de aveia, água de laranja e de hamamélis, agentes hidratantes
Solução	Limpeza da pele hiper-reactiva e intolerante	Água termal, glicerina, agentes de limpeza suaves
Pain	Rosto e corpo	Triglicéridos de origem natural, vitamina F
Pain	Rosto e corpo	Aveia, agentes emolientes
Pain	Pele sensível	Base lavante suave sem sabão, extracto de manteiga de illipé, glicerina
Pain	Exfoliação da pele muito seca e descamativa	Ácido salicílico, base lavante suave
Gel	Limpeza com água da pele sensível	Água termal, base lavante suave, agentes sobreengordurantes e hidratantes
Gel	Limpeza com água na vermelhidão e irritação das zonas oleosas	Piroctona olamina, climbazol, undecilato de sorbitano, tensioactivos muito suaves, glicerina
Gel	Limpeza com água de pele irritada e atópica	Água termal, gluconatos de cobre e de zinco
Gel	Limpeza com água da pele irritada, com vermelhidão e descamação de zonas seboreicas	Água termal, piroctona olamina
Gel	Limpeza com água de pele intolerante, mista a oleosa	EDTA e glicerina

Forma de apresentação	Indicação	Ingrediente(s) principal(ais)
Gel	Limpeza sem água de olhos sensíveis ou com lentes de contacto	Hialuronato de sódio
Gel	Limpeza sem água da pele sensível, fina, reactiva e irritada	Estrutura micelar
Gel	Limpeza de pele sensível	Aveia, agentes emolientes, glicerina
Leite	Limpeza sem água da pele seca, muito seca e sensível	Água termal, glicerina, extracto de cereja
Leite	Limpeza da pele sensível e delicada com vermelhidão	Água termal, óleo de sementes de alperce, manteiga de karité, extractos vegetais de malva, rosa, calêndula, mimosa
Leite	Limpeza sem água	Água termal
Leite	Limpeza sem água da pele sensível, frágil e intolerante, rosácea	Fosfolipossilamarina
Leite	Limpeza sem água da pele sensível do rosto	Aveia, éster emoliente
Emulsão	Limpeza de rosto e olhos de pele sensível, intolerante e seca	Glicerina
Emulsão	Limpeza com água da pele sensível	Ginkgo biloba, glucano, bisabolol, alantoína
Emulsão	Limpeza sem água de rosto com pele sensível	Aveia, óxido de zinco, silicatos de magnésio
Emulsão	Limpeza com água da pele sensível, intolerante e reactiva, dermatites atópica, alérgica e de contacto	Ácido hialurónico, goma xantana, arginina, glicerina
Emulsão	Limpeza com água da pele sensível, intolerante e reactiva, dermatites atópica, alérgica e de contacto	Ácido hialurónico, goma xantana, arginina, glicerina
Emulsão	Limpeza sem água da pele sensível, frágil, intolerante, rosácea	Acetilglucosamina, água de hamamélis, ácido hialurónico, sacarídeos
Creme	Limpeza com água da pele sensível e delicada	Água termal, base lavante suave sem sabão, glicerina, extracto de illipé, activos hidratantes e sobreengordurantes
Creme	Limpeza com água da pele sensível, irritada, reactiva e alérgica. Rosto, olhos, lábios, pescoço, decote	Glicínia, óleo destilado de girassol, glicerina
Gel	Contorno de olhos, anti papos e olheiras	Cafeína, ácido hialurónico, xilitol, glicerina, manitol
Máscara	Eritema facial	Oligómeros de aveia, extracto aquoso de hamamélis, glicóis e óleos vegetais
Solução	Eritema facial, prurido, irritações, dermatite da fralda	Água mineral com oligoelementos
Gel	Queimaduras do 1º e 2º grau, laser	Água termal
Gel	Irritações, queimaduras, picadas de insectos	Água termal, calamina, glicocola, gluconato de cálcio
Leite	Pele sensível normal a seca	Óleo de cártamo, sésamo, côco, amêndoas doces
Leite	Pele seca e sensível	Água termal, manteiga de karité, glicerina, extracto de edelweiss
Emulsão	Pele irritada, zonas húmidas, exsudativas ou sujeitas a maceração, pregas cutâneas, nádegas, pele atópica	Água termal, gluconatos de cobre e de zinco, smectite

Forma de apresentação	Indicação	Ingrediente(s) principal(is)
Emulsão	Pele irritada, com vermelhidão e descamação de zonas seborreicas, crosta láctea	Água termal, piroctona olamina, glicerina, manteiga de karité
Emulsão	Pele intolerante, irritada e reactiva, dermatites atópica, alérgica e de contacto	Ácido hialurónico, arginina, ácido oleico
Emulsão	Pele intolerante, sensível, reactiva, rosácea	Silimarina, metil sulfonil metano, ácido hialurónico, filtro solar
Creme	Pele sensível	Água termal
Creme	Pele seca e sensível	Água termal, manteiga de karité, lecitina, biossacarídeos
Creme	Pele normal a mista	Xilitol, glicerina, manitol
Creme	Pele seca a muito seca	Xilitol, glicerina, fitoesteróis de abacate, manitol
Creme	Vermelhidão, rosácea e eritrose	Enoxolona, alantoína, calêndula, fitoesteróis de abacate, hidroxiprolina, vaselina, glicerina, pantotenato de sódio
Creme	Eritema, inflamação e hipersensibilidade	Ramnose, enoxolona, fitoesteróis de karité e calêndula, pantotenato de sódio, vaselina, vitamina E
Creme	Vermelhidão e irritação das zonas oleosas	Piroctona olamina, climbazol, undecilenato de sorbitano, enoxolona, óleo de palma
Creme	Pele irritada, contorno da boca ou do nariz, nádegas, pele atópica	Água termal, gluconatos de cobre e de zinco, óleo mineral
Creme	Pele irritada	Água termal, calamina, ácidos gordos essenciais ómega 3 e 6
Creme	Pele sensível com vermelhidão, couperose, irritada	Água termal, colesterol, extracto de ginseng, sulfato de dextrano, cera essencial de rosa
Creme	Pele hiper-reactiva e intolerante	Água termal, poliurónidos de algas
Creme	Pele irritada	<i>Ginkgo biloba</i> , glucano, bisabolol, alantoína
Creme	Pele intolerante, normal a mista	Água termal, esqualeno e glicerina
Creme	Pele intolerante e seca	Água termal, esqualeno e glicerina, manteiga de karité
Creme	Pele sensível, fina e reactiva	Vitamina B3
Creme	Pele sensível normal e mista	Biopéptido, glicerina
Creme	Pele sensível seca e muito seca	Biopéptido, glicerina, manteiga de karité, óleo de jojoba
Creme	Rosácea	Sapogeninas, glicerina e PEG-8
Creme	Pele intolerante, irritada, dermatites atópica, alérgica e de contacto	Ácido hialurónico, arginina, ácido oleico
Creme	Rosácea	Silimarina, metil sulfonil metano
Creme	Pele sensível mista de tendência oleosa	Oligómeros de aveia, vitamina E
Creme	Eritema facial	Oligómeros de aveia, extracto aquoso de hamamélis, filtros solares, vitamina E
Creme	Regenerador noite	Oligómeros de aveia, vitamina E, vitamina A, B5, e C, glicóis e óleos vegetais
Creme	Pele reactiva, sensível ou frágil e com vermelhidão. Pele normal e mista	Pentapéptidos, glucose, sorbitol, flavonóides, sitosterol, vitamina E, pigmentos verdes

Forma de apresentação	Indicação	Ingrediente(s) principal(ais)
Creme	Pele reactiva, sensível ou frágil e com vermelhidão. Pele seca e muito seca	Pentapéptidos, glucose, sorbitol, flavonóides, sitosterol, vitamina E, pigmentos verdes, vaselina, glicerina, manteiga de cupuaçu
Creme	Pele sensível, irritada e alérgica	Óleo de abacate, ceramida, pentapéptido
Creme	Secura cutânea severa	Vaselina, glicerina, manteiga de karité
Creme	Pele muito seca e descamativa	Glicolato de guanidina, vaselina, glicerina
Creme	Pele sensível desidratada	Água termal, meiboserina, lipomucina
Pomada	Pele irritada	Ginkgo Biloba, glucano, bisabolol, alantoína
Pomada	Secura e irritação cutânea	Ácool batílico, ácido beta glicirretínico
Pomada	Pele muito seca e irritada dos lábios	Óleos minerais, vitaminas E e F, ceras

d. Xerose e atopia

Forma de apresentação	Indicação	Ingrediente(s) principal(ais)
Pain	Rosto e corpo	Água termal, cold cream, óleo de palma
Pain	Pele seca e muito seca	Manteiga de karité
Pain	Pele seca, muito seca, de todas as origens. Pele com tendência atópica	Água termal, colesterol
Pain	Pele seca	Glicerina, base lavante doce
Gel	Limpeza com água do rosto e corpo	Água termal, cold cream
Gel	Limpeza com água	Sulfato de cobre, sulfato de zinco, pidolato de zinco, <i>Cucumis sativus</i> , glicerina
Gel	Limpeza com água	Base lavante doce, glicerina, vitamina B5
Gel	Limpeza com água	Aveia, ácidos gordos ómega 6, glicerina
Gel	Limpeza com água da pele seca	Ácido láctico, colesterol, surfactantes iónicos, aniónicos e anfotéricos.
Gel	Limpeza com água da pele muito seca e atópica	Água termal, ácidos gordos essenciais (ómega 3 e 6), esteróis vegetais, glicolol
Leite	Limpeza com água	Base lavante doce, panthenol
Creme	Limpeza sem água da pele seca e atópica	óleos emolientes, glicerina, amido de arroz, ceramidas, ácidos gordos, colesterol
Creme	Limpeza com ou sem água da pele seca e xerótica, dermite atópica, crosta láctea	Aveia coloidal, amido de milho, óleos minerais, cetiol, óleo de germen de trigo, cera de abelha, silicone, ascorbil palmitato, vitamina E, chá verde
Emulsão	Lavagem frequente das mãos	Aveia coloidal, amido de milho, proteínas de trigo, alquimpoliglicosidos de origem vegetal
Emulsão	Lavagem das mãos com dermatite irritativa, atópica, de contacto	Aveia coloidal, amido de milho, proteínas de trigo, alquimpoliglicosidos de origem vegetal
Stick	Lábios sensíveis e secos	Água termal, cold cream, vitamina E, vitamina F, sucralfato

Forma de apresentação	Indicação	Ingrediente(s) principal(is)
Stick	Lábios	Bisabolol, vitamina E, filtros UV
Stick	Lábios e sensíveis	Biolípidos, ceramidas
Stick	Lábios secos	Lauro PCA, ceras naturais
Creme	Mãos	Alantoína, glicerina, manteiga de karité, vitamina B5
Creme de mãos	Mãos secas e gretadas, dermatite de contacto	Água termal, cold cream, glicerina, sucralfato
Creme	Mãos secas	Água termal, manteiga de karité, glicerina
Creme	Barreira	Aveia, glicerina, silicones não oclusivos
Pomada	Lábios muito secos e gretados, queilites	Água termal, cold cream, manteiga de karité, sucralfato
Leite	Todo o tipo de pele seca e normal	Glicerina, amido, amido de arroz, suavizante, parafina
Leite	Xerose	Vaselina, glicerina, vitamina E, EDTA
Leite	Ictiose, xerose e dermatite atópica	Aveia Coloidal, amido de milho, lípidos, esteróis vegetais, ácido linoleico e gamalinolénico, ceramidas, alantoína, ácido beta glicirretínico
Leite	Pele seca	Glicerina, manteiga de karité, vaselina, des extratos de óleos minerais, alantoína, pantenol, bisabolol
Leite	Xeroses moderadas extensas	Aveia, ómega 6, vitamina B3
Emulsão	Nutrição e conforto	Água termal, cold cream, óleo de sésamo, óleo de cártamo, óleo de coco, alantoína
Emulsão	Protecção da pele seca e deslipidada	Água termal, ácidos gordos essenciais (ómega 3 e 6), vaselina, cera de abelha, glicerina
Emulsão	Pele seca, fragilizada e descamativa, dermatite atópica	Ácido láctico, colesterol, óleo de rosa mosqueta, vitamina E
Emulsão	Pele seca e irritada do rosto	Biolípidos
Creme	Pele seca, irritada e com descamação do rosto	Biolípidos
Creme	Pele seca	Glicerina, manteiga de karité, vaselina, des extratos de óleos minerais, alantoína, pantenol, bisabolol, vitamina E
Creme	Dermatites irritativas, xeroses, disceratoses, dermite atópica, secura cutânea, dermatite seborreica	Aveia coloidal, amido de milho, bisabolol, alantoína, chá verde, glicerina, vitamina E, azeoglicina, glucose
Creme	Xerose	Água termal, cold cream, cera de abelha
Creme	Aplicação diária na secura cutânea moderada e severa	Água termal, ácidos gordos essenciais (ómega 3 e 6), esteróis vegetais, glicolol
Creme	Situações agudas	β -sitosterol, gluconato de zinco, vitamina E
Creme	Xerose	Vaselina, glicerina, vitamina E, EDTA
Creme	Pele muito seca ou sensível	Água termal, glicerina, vaselina, cera de abelha
Creme	Pele seca e muito seca. Pele com tendência atópica	Água termal, colesterol
Creme	Pele seca e normal do rosto. Dia	Glicerina, amido de arroz
Creme	Pele seca e normal. Noite	Glicerina, manteiga de karité, azeite de onagra, azeite de algodão

Forma de apresentação	Indicação	Ingrediente(s) principal(ais)
Creme	Xeroses severas localizadas	Aveia, ômega 6, vitamina B3
Creme	Pele seca, fragilizada e descamativa, dermatite atópica	Ácido láctico, colesterol, óleo de rosa mosqueta, vitamina E
Creme	Pele muito seca e atópica	Extracto de alga verde, manteiga de karité, glicerina, óleo de jojoba, ceramidas, ácidos gordos essenciais, colesterol
Creme	Pele muito seca	Glicerina, manteiga de karité, óleo de jojoba, alantoína, pantenol, bisabolol, vaselina, extractos de óleos minerais, ômega 3 e 6
Creme	Reparação da pele	Vitamina PP, vaselina e glicerina
Creme	Pele seca e muito seca	Glicerina, vaselina
Creme	Mãos secas e gretadas	Vaselina, glicerina, vitaminas A, E e C, alginato de propilenoglicol
Creme	Pele muito seca e atópica	Glicerina, amido de arroz, ceramidas, ácidos gordos, colesterol
Creme	Rosto. Pele muito seca e atópica	Amido de arroz, glicerina
Pomada	Pele extremamente seca. Pele com tendência atópica, Ictiose, psoríase	Água termal, colesterol, manteiga de karité
Pomada	Aplicação diária na pele com secura cutânea intensa	Água termal, ácidos gordos essenciais (ômega 3 e 6), esteróis vegetais, glicolol
Pomada	Xeroses muito severas	Ômega 6, vitamina B3
Pomada	Pele muito seca	Glicerina, manteiga de karité, óleo de jojoba, alantoína, pantenol, bisabolol, vaselina, extractos de óleos minerais, ômega 3 e 6
Óleo	Xerose	Óleo de grainhas de framboesa (ácidos gordos essenciais: ômega 3 e ômega 6), óleo de sementes de alperce
Óleo	Pele sensível seca a muito seca	Óleo de abacate, extracto de calêndula, vitamina E, vitamina A

e. Oleosidade e acne

Forma de apresentação	Indicação	Ingrediente(s) principal(ais)
Pain	Pele oleosa a mista	Base lavante sem sabão, piroctona olamina, extracto de epilóbio, glicocola
Solução	Limpeza com água	Gluconato de zinco e sulfato de cobre
Solução	Limpeza sem água da pele oleosa e com imperfeições	Água micelar
Solução	Limpeza sem água da pele acneica	Caprilol glicina, gluconato de zinco, tensoactivos suaves
Solução	Limpeza com água da pele mista e oleosa	Ácido glicólico, ácido salicílico, ácido láctico, água hamamélis, alfa bisabolol
Gel	Limpeza com água	Complexo sebo-regulador, ácido salicílico, extratos de cedro, zinco, cobre, bisabolol, alantoína

Forma de apresentação	Indicação	Ingrediente(s) principal(is)
Gel	Higiene da pele oleosa e acneica	Óleo essencial de zimbro, zinco PCA, ácido undecilénico, glicerina
Gel	Limpeza com água da pele oleosa a mista	Base lavante sem sabão com pH fisiológico, água termal, piroctona olamina, extrato de epilóbio, glicocola
Gel	Limpeza com água	Água termal, <i>Curcubita pepo</i> , CTAB, gluconato de zinco
Gel	Limpeza sem água	Água termal, <i>Curcubita pepo</i> , gluconato de zinco, silícios e silicatos, ácido salicílico
Gel	Limpeza com água	Gluconato de zinco e sulfato de cobre, tensoactivos aniónicos suaves
Gel	Limpeza com água e exfoliação	Microgrânulos esféricos, ácido salicílico e glicólico, base lavante suave
Gel	Limpeza com água da pele acneica	Ácido glicólico, salicilato de zinco, <i>sabal serrulata</i> , glicerina
Gel	Limpeza com água na acne e dermatite seborreica	Aveia coloidal, ácido láctico, ácido salicílico, ureia, azeoglicina, biotina, óxido de zinco, acetato de vitamina E, astaxantina, fitossomas de ácido glicirretínico, ácido orótico, camomila, xilitol, hidrolisado de proteínas de soja, alantoína, pantenol
Mousse	Higiene da pele oleosa e acneica	Óleo essencial de zimbro, zinco PCA, ácido undecilénico, glicerina
Mousse	Limpeza com água	Tensoactivos suaves, climbazole, glicerina, lamesoft, dimetil oxobenxo dioxasilano, ácido salicílico
Mousse	Limpeza com água da pele oleosa com imperfeições e fragilizada	Zinco PCA
Emulsão	Higiene da pele oleosa e acneica	Ácido pirúvico (beta-hidroxi-ácido), triclosan, tensoactivos anfotéricos
Emulsão	Limpeza sem água da pele oleosa a mista	Água termal, extracto de epilóbio, glicocola, tensoactivos suaves não iónicos
Emulsão	Limpeza com água da pele oleosa com tendência acneica, dermatite seborreica, crosta láctea	Aveia coloidal, farinha integral de arroz, ácido salicílico, azeoglicina, óleo Europaea, beta-glucano
Creme	Limpeza com água da pele oleosa e com poros obstruídos	Glicerina e EDTA
Creme	Limpeza com água	Tensoactivos suaves, agentes supergordos, dimetil oxobenxo dioxasilano, capriolil glicina, Zn PCA
Creme	Limpeza com água	Água termal, triglicéridos de côco e cártamo, manteiga de karité, óleo de jojoba, gluconato de zinco, glicerina
Solução	Tratamento rápido das borbulhas	Trietilcitrato, etil linoleato, ácido salicílico, ácido octadecenedióico
Máscara	Exfoliação. Pele oleosa a mista	Água termal, caulino, éster de ácido málico, glicerina
Máscara	Pele acneica	Ácido glicólico, salicilato de zinco, argila, esferas de polietileno, glicerina
Máscara	Desincrustação	Água termal, AHA-BHA, <i>Curcubita pepo</i> , vitamina B6, gluconato de zinco, α -bisobolol, caolino, partículas exfoliantes
Lápis	Diminuição das borbulhas e os pontos negros	Ácido salicílico, <i>Curcubita pepo</i> , vitamina B6, gluconato de zinco

Forma de apresentação	Indicação	Ingrediente(s) principal(is)
Gel	Eliminação rápida das imperfeições	Complexo sebo-regulador; ácido salicílico, extratos de cedro, zinco, cobre, bisabolol, alantoína
Gel	Aplicação local	Ácido glicólico, ácido salicílico, álcool
Emulsão	Exfoliação	Complexo sebo-regulador; ácido salicílico, extratos de cedro, zinco, cobre, bisabolol, alantoína
Creme	Exfoliação forte	Ácido glicólico, ácido láctico
Creme	Exfoliante da pele oleosa e com acne leve/moderado	Ácido salicílico, glicerina, micropartículas
Creme	Exfoliação da pele oleosa com imperfeições	Microesferas de jojoba e de diatomáceas, dimetil oxobenxó dioxasilano, capriloil glicina
Gel	Pele oleosa e acneica, hiperqueratoses	Ácido glicólico, bisabolol, propilenoglicol
Emulsão	Hidratação	Água termal, retinaldeído, ácido glicólico
Emulsão	Pele oleosa a mista	Água termal, fitoesfingosina, agente matificante
Emulsão	Hidratação	Complexo sebo-regulador; ácido salicílico, extratos de cedro, zinco, cobre, bisabolol, alantoína
Emulsão	Matificação	Dimetil oxobenxó dioxasilano, ésteres do ácido málico (AHA), Zn PCA e vitaminas B6, amido de arroz, nylon 6, piroctocide
Emulsão	Matificação	Dimetil oxobenxó dioxasilano, ésteres do ácido málico (AHA), Zn PCA e vitaminas B6, amido de arroz, nylon 6, piroctocide, pigmentos reflectores da luz
Creme	Pele com lesões acneicas inflamatórias	Gluconato de zinco, sophorolípido, laminária, ramnose
Creme	Pele com lesões acneicas retencionais	AHA, gluconato de zinco, glicerina e xilitol
Creme	Matificação	Pós captadores do sebo cutâneo, vitamina B6, gluconato de zinco, ésteres de AHA
Creme	Pele sujeita a tratamentos farmacológicos	Glicerina, xilitol, vaselina, enoxolona, alantoína, ceramidas
Creme	Pele acneica	Água termal, <i>Cucurbita pepo</i> , vitamina B6, AHA-BHA, gluconato de zinco
Creme	Pele acneica	AHA, piroctona olamina, fitoesfingosina
Creme	Pele oleosa com imperfeições	Nicotinamida, piroctona olamina, água termal
Creme	Pele oleosa irritada e ressequida	Água termal, colesterol
Creme	Pele com tendência oleosa, luzídia	Vitamina CG e zinco, vitamina E
Creme	Pele oleosa e acneica com brilho	Undecilenol glicina, palmitato de retinilo, ácido salicílico, glicirizato de amónio
Creme	Pele acneica	Extracto de <i>Mimosa tenuiflora</i>
Creme	Pele acneica	Ficosacárido AIP, glicerina, manteiga de karité, ceramidas, óleo de jojoba
Creme	Pele oleosa e fragilizada com imperfeições	Ésteres de ácido málico e ácido salicílico, dimetil oxobenxó dioxasilano, vitamina C, vitamina E, pós matizantes
Creme	Pele acneica	Mirtacina, ácido glicólico, ácido láctico, ácido salicílico, salicilato de zinco, extracto de sabal, alfa bisabolol

f. Anti-envelhecimento

Forma de apresentação	Indicação	Ingrediente(s) principal(is)
Solução	Limpeza sem água da pele normal / seca	Óleo de semente de uva, extracto de <i>Vitis vinifera</i> , acetato de vitamina E
Solução	Limpeza sem água	Extracto de folha de uva, extracto de <i>Vitis vinifera</i> , ácido cítrico, ácido salicílico, extracto de calêndula, alantoína
Solução	Limpeza se água da pele oleosa	Extracto de semente de uva, extracto de <i>Vitis vinifera</i> , resveratrol, ácido láctico, ácido glicólico, ácido salicílico, niacinamida, ácido ferrúlico, azeoglicina, arginina
Leite	Limpeza sem água	Óleos de limpeza, AHA, glicerina, proteínas de soja
Sérum	Rugas profundas, relaxamento cutâneo	Água termal, retinaldeído, ácido hialurónico
Sérum	Lifting imediato	Extrato natural de <i>Ononis spinosa</i> , THPE (tetrahidroxipropil etilenediamina), polímeros de trigo
Sérum	Anti-rugas	Ácido hialurónico, retinol, biopéptido, ácidos aminados, escalano
Sérum	Lifting	Glicerina, proteínas de soja, retinol, vitamine E, ácido ascórbico, THPE, bisabolol, camomila
Sérum	Rugas finas e profundas	Ácido hialurónico, acetilglucosamina, ácido glucorónico, fucose
Sérum	Rugas e linhas de expressão. Contorno dos olhos, lábio superior, pregas nasolabiais	Acetil-hexapéptido-3, extracto de soja, extracto de <i>Vitis vinifera</i>
Sérum	Rugas da face e região cervical	Vitamina C, propilenoglicol, água desionizada
Sérum	Contorno de olhos e lábios	Ácido hialurónico, acetilglucosamina, ácido glucorónico e fucose
Sérum	Lábios, rugas finas	Ácido hialurónico, acetilglucosamina, ácido glucorónico e fucose
Gel	Olhos, lábios	Ácido hialurónico, retinol, DMC
Gel	Dia, noite	Ácido hialurónico, retinol, biopéptido, DMC
Gel	Efeito tensor anti-rugas e anti papos	Extrato natural de <i>Ononis spinosa</i> , THPE, ruscogenina, polímeros de trigo
Emulsão	Pele madura	Água termal, ácido hialurónico, pré-tocoferil, glicoléol
Emulsão	Rugas instaladas. Tez baça. Brilho. Pele mista	Água termal, retinol, AHA, ácido hialurónico, procianidóis de chá verde
Emulsão	Envelhecimento	Água termal, retinaldeído, pré-tocoferil
Emulsão	Contorno de olhos	Extracto de semente de uva, extracto de <i>Vitis vinifera</i> , ácido cítrico, alfa-glucosil-espindina, espindina metil-calcone, cafeína, acetil-hexapéptido, dipéptido, palmitol-tetrapéptido, ácido hialurónico, água destilada de <i>Eufrasia officinalis</i> , ácido 18- β -glicirretínico
Emulsão	Todo o tipo de pele	Óleo de semente de uva, extracto de <i>Vitis vinifera</i> , ácido láctico, ácido salicílico, ceramidas 2 e 3, alantoína, manteiga de karité, insaponificável de abacate, extracto de <i>Laminaria digitata</i> , extracto de <i>Solanum lycopersicum</i>

Forma de apresentação	Indicação	Ingrediente(s) principal(is)
Creme	Olhos	Glicerina, manteiga de karité, proteínas de soja, <i>Saccharomyces Cerevisiae</i> , retinol, vitámine E, pantenol
Creme	Dia e noite	Glicerina, manteiga de karité, proteínas de soja, retinol, vitamina E, ácido ascórbico, bisabolol
Creme	Efeito nutritivo. Dia	Extrato natural de <i>Ononis spinosa</i> , THPE, vitamina E, manteiga de karité, filtros solares
Creme	Efeito lifting e anti-rugas	Extrato natural de <i>Ononis spinosa</i> , THPE, proteínas de soja
Creme	Efeito lifting e regenerador. Noite	Extrato natural de <i>Ononis spinosa</i> , THPE, cobre, zinco, magnésio, glicerina, manteiga de karité
Creme	Lifting e hidratante de dia	Extrato natural de <i>Ononis spinosa</i> , THPE
Creme	Rugas e rídulal do contorno dos olhos, papos, olheiras	Água termal, éster de retinol, sulfato de dextrano, pigmento soft focus, procianidóis de chá verde
Creme	Corpo. Flacidez e secura cutânea	Água termal, éster de retinol, ácidos de frutos e de flores (hibisco), alpha-lupalina, partículas de nacre
Creme	Secura, perda de firmeza, falta de luminosidade. Pele normal a seca	Água termal, trifólio vermelho, sófora japónica, yam selvagem, extracto de malte
Creme	Secura, perda de firmeza, falta de luminosidade	Água termal, trifólio vermelho, sófora japónica, yam selvagem, extracto de malte, fitoesteróis, manteiga de karité
Creme	Primeiras rugas	Vitamina A, C e E
Creme	Primeiras rugas. Rugas de expressão. Falta de luminosidade e de tonicidade. Todo o tipo de pele	Tripeptido, ácido hialurónico, nicotinamida, água termal
Creme	Rugas e rídulal da zona do contorno dos olhos, papos, olheiras	Tripeptido, ácido hialurónico, sulfato de dextrano, reflectores ópticos, água termal
Creme	Rugas instaladas. Tez baça. Pele normal a seca	Água termal, retinol, AHA, ácido hialurónico, procianidóis de chá verde, activos hidratantes
Creme	Olhos. Envelhecimento	Água termal, retinaldeído, pré-tocofetil
Creme	Rugas profundas, relaxamento cutâneo	Água termal, retinaldeído, ácido hialurónico
Creme	Olhos. Rugas profundas, relaxamento cutâneo	Água termal, retinaldeído, ácido hialurónico
Creme	Envelhecimento	Água termal, retinaldeído, pré-tocofetil
Creme	Olhos	Ácido hialurónico, retinol, biopéptido
Creme	Noite	Ácido hialurónico, retinol, biopéptido
Creme	Dia. Peles secas	Ácido hialurónico, retinol, biopéptido, DMC (dihidroxi metil crómio), manteiga de karité, alantoina
Creme	Dia	Ácido hialurónico, retinol, biopéptido, DMC
Creme	Pele desidratada e seca	Óleo de semente de uva, extracto de semente de uva, extracto de <i>Vitis vinifera</i> , resveratrol, ácido láctico, ácido glicólico, ácido salicílico, glutatião reduzido, ceramidas 2 e 3, tocotrienóis, inositol, trealósido, trimetilglicina, xilitol

Forma de apresentação	Indicação	Ingrediente(s) principal(ais)
Creme	Pele normal/seca	Extracto de semente de uva, extracto de <i>Vitis vinifera</i> , ácido láctico, ácido glicólico, ácido hialurónico, acetato de tocoferol, acetil-hexapéptido, alantoína, extracto de aveia sativa, extracto de <i>Zea Mai</i> , extracto de semente de <i>Lupinus albus</i> , extracto de <i>Palmaria palmata</i>
Creme	Todo o tipo de pele	Extracto de Semente de uva, extracto de <i>Vitis vinifera</i> , ácido láctico, ácido glicólico, ácido hialurónico, acetil-hexapéptido, alantoína, extracto de aveia sativa, acetato de tocoferol, extracto de <i>Zea Mais</i> , extracto de semente de <i>Lupinus albus</i> , extracto de <i>Palmaria palmata</i>
Creme	Colo e pescoço	Óleo de semente de uva, extracto de <i>Vitis vinifera</i> , ácido láctico, ácido hialurónico, tocotrienóis, tocferóis, acetil-tetrapéptido, manteiga de karité, insaponificável de abacate
Creme	Todo o tipo de pele	Ácido lipóico, ácido ascórbico, ácido octadecenodióico, filtro solar UVA
Creme	Contorno dos olhos e dos lábios, descongestionante anti-papos e anti-olheiras	Retinol, vitamina, acetilglucosamina, ácido glucorónico, ácido hialurónico
Creme	Pele seca e fina	Retinol, vitamina E, acetilglucosamina, ácido glucorónico, ácido hialurónico
Creme	Pele desidratada, manchas solares, hiperqueratoses	Ácido glicólico, lipossomas de azuleno, bisabolol, vitaminas A e E
Creme	Rugas instaladas	Extracto de soja, extracto de <i>Vitis vinifera</i> , filtro solar
Creme	Todo o tipo de pele	Ácido lipóico, ácido ascórbico, ácido octadecenodióico, filtro solar UVA
Creme	Desidratação, envelhecimento e hiperqueratoses	Ácido glicólico, extracto de aveia, lipossomas de azuleno, bisabolol, vitaminas A e E
Creme	Pele Oleosa e acneica	Factor natural de hidratação (NMF), sorbitol, bisabolol, alantoína, emulsão água/silicone
Creme	Pele oleosa	Microsomas de retinol e de ácido ascórbico, NMF, bisabolol, emulsão água /silicone
Creme	Contorno de olhos, manchas e pequenas rugas	Micro-emulsão de vitamina C-E-A, tetrapéptidos, cafeína, pigmentos azuis, bisabolol, filtro solar UVA e UVB

g. Hiperpigmentação

Forma de apresentação	Indicação	Ingrediente(s) principal(ais)
Gel	Limpeza com água	Vitamina C, água termal, extracto de canela, tensoactivos suaves
Sérum	Peles maduras	Água termal, vitamina C, AT Péptido, vitamina E
Sérum	Melasma, cloasma, lentigo senil	Ácido tióctico, etil linoleato, ácido octadecenedióico, ácido salicílico.
Creme	Hiperpigmentação do rosto, decote ou mãos	Água termal, AHA, BHA, nicotinamida, vitamina C, dióxido de titânio
Creme	Hiperpigmentações inflamatórias, lentigos, rosto, decote, mãos	Água termal, emulsão O/A, filtros UVA UVB com tinosorb M, nicotinamida, vitamina C, dióxido de titânio
Creme	Dia	Água termal, vitamina C, ácido hialurónico, extracto de hera, complexo filtrante com tinosorb M
Creme	Melasma, cloasma, lentigo senil	Ácido tióctico, etil-linoleato, ácido láctico, ácido octadecenedióico, SPF 10
Creme	Melasma, lentigos senis ou actínicos	Ésteres de AHA, cicloceramida, vitamina C e E

h. Cicatrização

Forma de apresentação	Indicação	Ingrediente(s) principal(ais)
Solução	Lesões superficiais	Água termal, alginato de sódio, D-pantenol, extracto de consolida
Solução	Lesões superficiais	Óleo de azeitona, vitamina A e E, vitamina B5, glicerina
Creme	Pós intervenções dermatológicas, irritações da pele	Resveratrol, centelha asiática, ácido hialurónico, cobre, zinco
Solução		
Creme	Queimaduras, dermatite perioral, dermatite da fralda, eczema, boqueira, radiodermatite, suturas, fissuras	Água termal, sucralfato, sulfato de cobre, sulfato de zinco, óxido de zinco
Solução	Varicela, impetigo, intertrigo, flictenos, dermatite exsudativa da zona da fralda	
Creme	Lesões superficiais	Azeitona, hialuronato de sódio, vitamina A e E, álcool batílico

i. Hiperqueratoses

Forma de apresentação	Indicação	Ingrediente(s) principal(ais)
Solução	Pele muito xerótica	Lactato de amónio, perhidroesqualeno, bisabolol, vitamina E, parabenos
Solução	Hiperqueratoses, placas de psoríase	Ureia, ácido salicílico, glicoceratos, mentol, parabenos, solução hidroalcoólica
Gel	Espessamentos cutâneos localizados: calosidades plantares, cotovelos, couro cabeludo, queratoses folicular, crosta láctea	Água termal, ureia, glicocola, sulfato de dextrano

Forma de apresentação	Indicação	Ingrediente(s) principal(ais)
Leite	Xerose cutânea intensa com descamação e/ou rugosidades	Água termal, ureia, ácido láctico, pídolato de sódio, agentes reestruturantes
Creme	Psoríase, queratodermias palmoplantares, calosidades, queratose folicular, pele muito seca e descamativa	Água termal, ureia, ácido salicílico, ácido láctico
Creme	Hiperqueratose, psoríase, xerose	Ureia, ácido salicílico, glicocerasatos, álcool cetílico, parabenos, emulsão oleo/água, solução hidroalcoólica
Creme	Pele irritada e descamativa	Ácido salicílico, óleo essencial de cade, óleo essencial cedro, vaselina, base filmogénea
Creme	Dermatite seborreica do rosto	Keluamida, crotamiton, glicolato de guanidina, piroctona olamina, sabal

j. Capilares

Forma de apresentação	Indicação	Ingrediente(s) principal(ais)
Solução	Cabelo espigado	Aloé <i>barbadensis</i> , <i>Caléndula officinalis</i> , proteínas de trigo, pantenol
Solução	Caspa	China vermelha, urtiga, extracto de <i>Achillea</i> , piroctona olamina, carboxi-metil-cisteína, pantenol
Solução	Caspa	Keluamida, sulfato de zinco, excipiente hidroalcoólico
Solução	Cabelo seco e frágil	Pantenol, magnésio, zinco, PCA Sódio, manganês, extracto de <i>Equisetum arvense</i>
Solução	Cabelo submetido a agressões externas	Manteiga de ilipé, filtro solar
Solução	Queda de cabelo	Sílicio orgânico, ácido hialurónico, extracto de líliácea, proteínas de soja, vitamina B6
Solução	Queda de cabelo	Ceoruscina, diguanósido tetrafosfato, nicotinato de tocoferol, vitamina B8
Solução	Queda de cabelo crónica	Extracto de sabal, nicotinato de tocoferol, ácido beta glicirretínico, neoruscina, diguanósido tetrafosfato, piroctona olamina
Emulsão	Reparação e desembaraçador	Manteiga de ilipé
Emulsão	Descamação em placas secas, psoríase	Ácido salicílico, hidrolato de cade, forskoline e zantalenol
Espuma	Dermatite seborreica	Ciclopiroxolamina, pitirionato de zinco, keluamida
Espuma	Queda de cabelo	Quitossano, metionina, vitamina B5
Máscara	Cabelo espigado	Proteínas de milho, óleo de semente de linho, vitamina B5, derivados de silicose
Máscara	Pitiríase, tinhas, dermatite seborreica do couro cabeludo, rosto e tronco	Climbazole, ácido salicílico, alfa-hidroxi-ácidos, glicina, óleo essencial de cedro
Máscara	Cabelo seco e frágil	Hidrolizado de proteínas de milho, pantenol, óleo de girassol
Máscara	Cabelo seco e estragado	Manteiga de ilipé, fosfolípidos, esqualano, ceras
Sérum	Cabelo muito seco e desnutrido	Manteiga de ilipé

Forma de apresentação	Indicação	Ingrediente(s) principal(is)
Gel	Peladas	Nicotinato de metilo, essências de verbena, niauli, cedro, terebentina, álcool a 70°
Champô espuma	Todo o tipo de cabelo	Aveia, ácidos gordos essenciais ómega 6
Champô	Cabelo agredido	Creatina, mentol, vitamina E, pantenol
Champô	Couro cabeludo normal	Vitamina B5, lactamida MEA, tensoactivos suaves
Champô fluido	Couro cabeludo sensível	Hidrolizado proteico, glicéridos de ácidos gordos
Champô creme	Descamação severa e recidivante, dermatite seborreica	Piritionato de zinco, piroctona olamina, undecilinato de sorbitano, zinco, vitamina B6, extracto de laminária, ictiol, ácido salicílico, óleo essencial de cade, zantanelo
Champô	Caspa oleosa	<i>Copaifera officinalis</i> , <i>Carapa guaianensis</i> , <i>Euterpe oleracea</i> , azeoglicina, piroctona olamina, vitamina B5, inositol
Champô	Cabelo oleoso, couro cabeludo irritado, prurido	D-gluconato de clorhexidina, óleo essencial de cedro, polisiloxano, hidrolisado de proteínas, alantoína, vitamina B, alfa-hidroxiácidos de toranja, alquilpoliglucose e proteol OAT
Champô	Descamação furfurácea, couro cabeludo irritado, prurido	<i>Copaifera officinalis</i> , <i>Bertholletia excelsa</i> , extracto de azeitona, alantoína, piroctona olamina
Champô	Cabelo seco e frágil	Óleo de côco, óleo de jojoba, óleo de azeitona, óleo de abacate, vitamina E, ácido ferúlico, bisabolol, ácido rosmarínico, curcumina
Champô	Cabelo frágil	Silício orgânico, extractos de ácidos de frutos, aveia
Champô	Cabelo espigado	Óleo de <i>Limnanthes alba</i> , inositol, ácido fítico
Champô	Cabelo espigado	Lipoproteínas de aveia, lipoproteínas de seda, alfa-hidroxi-ácidos de toranja, lauilpoliglucose, lauil sulfato
Champô	Cabelo agredido	Creatina, mentol, vitamina E, pantenol, tensoactivos suaves
Champô	Hipersensibilidade aos constituintes vulgarmente utilizados nos champôs	Aveia coloidal, proteínas de trigo, farinha integral de arroz
Champô	Dermatite seborreica, crosta láctea	Aveia coloidal, proteínas de trigo, farinha integral de arroz, ácido salicílico, azeoglicina
Champô	Dermatite seborreica, caspa	Piritionato de zinco, piroctona olamina, ácido salicílico, ácido glicólico, lauilpoliglucose, lauil sulfato
Champô	Todo o tipo de cabelo	Tensoactivos derivados da glicose etoxilada, derivado polietoxilado do álcool láurico, óleo de côco alquilpolietoxilado

Forma de apresentação	Indicação	Ingrediente(s) principal(ais)
Champô	Estados descamativos, dermatite seborreica, alopecia seborreica, pitiríase, eczema seborreico	Piritionato de zinco, enxofre, extracto de <i>Salix alba</i>
Champô	Descamação intensa, psoríase do couro cabeludo e corpo	Ácido salicílico, ácido glicólico, ácido cítrico, ácido málico, óleos essenciais de cade e de cedro, laurilpoliglucosé, óleo essencial de tiarée
Champô	Cabelo fino	Lipoaminoácidos de colagénio, goma de guar; alfa-hidroxiácidos, vitaminas A,E,F e H, laurilpoliglucosé, laurilsulfato
Champô	Estados peliculares	Climbazol, ictiol sódico, óleo essencial de cade
Champô	Cabelo fragilizado	Quitina, colagénico, glicocola, agente condicionador
Champô	Caspa seca	Dissulfureto de selénio, ictiol
Champô	Caspa oleosa	Ictiol, crotamiton, ácido salicílico
Champô	Dermatite seborreica	
Champô	Descamação em placas, psoríase	Ictiol, crotamiton, ácido salicílico, ácido glicólico
Champô	Seborreia severa	Extracto de <i>Sabal serrulata</i> .
Champô	Cabelo oleoso	Extracto de <i>Sabal serrulata</i> , caolino, tensoactivos suaves
Champô	Cabelo seco	Manteiga de ilipé
Champô	Couro cabeludo sensível	Gluconato de zinco, glicolol, vitamina B5, base lavante suave
Champô	Queda de cabelo	Nicotinato de tocoferol, diguanósido tetrafosfato, vitamina B5, B8, B6

k. Anti-estrias

Forma de apresentação	Indicação	Ingrediente(s) principal(ais)
Creme	Estrias já formadas, prevenção do aparecimento	Aveia coloidal, farinha integral de arroz, amido de milho, proteínas de <i>Lupinus spp</i> , <i>Ginkgo-biloba</i> , óleo de borragem, questamide H, betaína, pantenol, alantoína, fitantriol, xilitol
Creme	Estrias já formadas, prevenção do aparecimento	Silanol, extracto de algas e heras, parafina líquida, álcool cetearílico

l. Anti celulíticos

Forma de apresentação	Indicação	Ingrediente(s) principal(ais)
Creme	Uniformização da superfície cutânea	Retinol, forscolina, cafeína, carnitina, THPE
Creme	Uniformização da superfície cutânea	Diosmina, acetilglucosamina, ácido gluconico, escina

Alimentos

A alergia alimentar é o resultado de uma reacção imunológica desencadeada pela ingestão de um alimento. A sua prevalência tem aumentado nos últimos anos²⁷. Os sintomas são variados, mas a pele é dos órgãos habitualmente mais atingidos nas situações de reacções alérgicas a alimentos, podendo manifestar-se por urticária, angioedema, dermatite atópica, vasculite, entre outros²⁸. A sensibilização a alerígenos alimentares pode ocorrer através da mucosa respiratória ou gastro-intestinal, epiderme com função de barreira comprometida ou transferência directa do alerígeno através da placenta²⁹.

Devido à gravidade que as reacções alérgicas a alimentos podem condicionar¹, têm sido estabelecidas regras para a produção, preparação e etiquetagem de alimentos (Decreto-Lei nº 560/99). Os indivíduos alérgicos, mesmo com uma evicção cuidadosa, podem estar expostos a alerígenos presentes em alimentos insuspeitos. São vários os mecanismos que podem levar à presença destes alerígenos ocultos (Tabela 2)³⁰.

Tabela 2 Fontes potenciais de alerígenos ocultos em alimentos³⁰.

Contacto cruzado	Utensílios da cozinha
	Equipamento de produção de alimentos
	Manuseamento de alimentos
Troca de ingredientes	
Reactividade cruzada	
Alimentos alergizantes de declaração não obrigatória	
Não declaração de alimentos alergizantes	
Lacunas na regulamentação de etiquetagem	
Contaminação de alimentos com alerígenos que não alimentos	
Aditivos	
Conservantes	
Substâncias antigénicas	

Devem ser implementados alguns cuidados nestes doentes, nomeadamente uma leitura cuidadosa dos ingredientes presentes nos rótulos dos produtos alimentares, sendo de evitar aqueles que contenham ou possam conter (mesmo que vestígios) ingredientes relacionados com o alimento ao qual é alérgico.

De seguida, para cada grupo de alimentos, são descritos nomes de ingredientes que podem estar presentes nos rótulos de produtos alimentares, bem como alguns alimentos que devem ser evitados nesses doentes.

a. Ovo

O ovo é das causa mais frequentes de alergia alimentar nas crianças. Contudo, ao longo do tempo a maioria das crianças adquirem tolerância a este alimento³¹. A identificação deste alérgico nos alimentos é essencial para uma evolução favorável destes doentes, pois, apesar de existirem resultados favoráveis com ensaios de indução de tolerância oral ao ovo, a dieta de evicção continua a ser o tratamento central desta alergia, Tabela³³¹.

Tabela 3 Nomes que podem surgir nos rótulos de produtos alimentares, indicando a presença de ovo.

Albumina de ovo	Livetina	Ovotransferrina
Albuminato de silício	Maionese	Ovovitelia
Clara de ovo	Ovalbumina	Ovovitulina
Coagulante	Ovo inteiro	Pó de ovo
Doce suspiro	Ovo seco	Pó de suspiro (doce)
Emulsificante	Ovoglobulina	Resinas de ovo
Gema de ovo	Ovomucina	Simplesse
Globulina	Ovomucoide	Substituto de ovo
Lecitina (E322)	Ovos	Surimi
Lisozima	Ovos sólidos	Vitelina

b. Leite

Tal como o ovo, o leite também é das causas mais frequentes de alergia alimentar nas crianças, Tabela 4³². A maioria destes doentes adquire tolerância ao longo dos anos, sendo necessários cuidados especiais na identificação de alérgicos ocultos que possam estar presentes nos alimentos ingeridos³².

Tabela 4 Nomes que podem surgir nos rótulos de produtos alimentares, indicando a presença de leite de vaca ou proteínas do leite de vaca.

Aromatizante artificial de manteiga	Fosfato de lactalbumina	Manteiga sólida
Aromatizante de caramelo	Gordura de manteiga	Margarina
Aromatizantes naturais	Hidrolisado de caseína	Natas
Bombons caramelizados	logurte	Óleo de manteiga
Caseína	Lactoalbumina	Proteínas do leite de vaca
Caseinato de amónia	Lactoglobulina	Proteínas do soro de leite
Caseinato de cálcio	Lactose	Queijo

Caseinato de magnésio	Lactulose	Requeijão
Caseinato de potássio	Leite condensado	Salsicha
Caseinato de sódio	Leite de cabra	Sólidos
Chocolate	Leite de ovelha	Sólidos de leite
Coalhada	Leite desnatado	Sólidos de natas
Coalho de caseína	Leite em pó	Soro
Corante de caramelo (E150)	Leite evaporado	Soro de leite
Creme	Leite pasteurizado	Soro de leite desmineralizado
Creme de leite de ovos	Manteiga de leite	Soro de leite sem lactose
Derivados do leite		

c. Amendoim

O consumo de amendoins tem aumentado nos últimos anos, facto associado ao incremento da alergia a este alimento, Tabela 5³³. Apesar de cerca de 20% dos doentes poderem adquirir tolerância a este alimento, o prognóstico desta alergia não é favorável para a maioria destes doentes³⁴. Pode estar presente sob várias formas, tais como fruto seco, óleo, manteiga, gelados, bolachas, snacks, pastéis, entre outros.

Tabela 5 Nomes que podem surgir nos rótulos de produtos alimentares, indicando a presença de amendoim.

Alcagoita	Fortificante
Amendo mepinda (Angola)	Intensificador de sabor
Amendoim revestido em essência de amêndoa (mandelona)	Jiguda (Angola)
Amendubi (Brasil)	Jinguda (Angola)
Aráquide (Brasil)	Mancarra (Guiné-Bissau e Cabo-Verde)
Aromatizantes	Mandubi (Brasil)
Caranga (Brasil)	Manobi (Brasil)
Carango (Moçambique)	Mistura de frutos secos
Chocolate com amendoim	Nozes artificiais
Emulsificante (pouco comum)	Óleo de amendoim
Ervilhana	Salgadinhos
Espumante em bebidas não-alcoólicas	

d. Frutos secos

Tal como o amendoim, a alergia aos frutos secos pode manifestar-se com reacções graves, Tabela 6³⁵. O prognóstico desta alergia também é desfavorável, pois a maioria dos doentes permanece alérgicos ao longo dos anos³⁶. Podem estar presentes em diversos alimentos de uso diário, entre eles frutos secos, óleos, manteiga, molhos, cremes, gelados, doces, preparados de cereais, hambúrgueres, pasteis, pastas, entre outros. De referir que muitos produtos de cosmética, medicinais e de medicina complementar ou alternativa podem possuir frutos secos como ingredientes.

Tabela 6 Nomes que podem surgir nos rótulos de produtos alimentares, indicando a presença de frutos secos.

Amêndoas	Gianduja	Nozes nan-gai
Bolota	Maçapão	Nozes pignoli
Caju	Mandelonas	Nozes pignolia
Caponata	Manteiga de avelã	Nozes pignon
Castanha	Manteiga de nozes	Óleo de macadâmia
Castanha da Índia	Marzipã	Óleo de noz
Castanha do Brasil	Nogueira-pecã	Pasta de amêndoa
Coco	Nougat	Pasta de noz
Extracto natural de avelã	Noz	Pesto
Extracto natural de noz	Noz da nogueira	Pinhão manso
Farinha de avelã	Noz macadâmia	Pinhões
Farinha de noz	Noz pecã	Pistáchio
Fruto da faia	Nozes de nogueira	Pralinés
Frutos secos artificiais	Nozes mashuga	

e. Soja

A soja é uma leguminosa que adquire particular importância como alternativa em doentes com alergia às proteínas do leite de vaca (APLV). Contudo, podem existir doentes com alergia a este alimento, sendo habitualmente transitória, Tabela 7³⁷. O consumo de soja tem vindo a aumentar nos últimos anos, podendo estar presente em óleos alimentares de origem vegetal, molhos, tofu, leite de soja, iogurtes de soja, sumos de soja, comida chinesa e japonesa, entre vários outros alimentos³⁷.

Tabela 7 Nomes que podem surgir nos rótulos de produtos alimentares, indicando a presença de soja.

Albumina de soja	Goma de guar (E412)	Proteína de soja isolada
Alfarroba	Goma vegetal	Proteína extensora

Amido	Granulado de soja	Proteína texturizada de soja (TVP)
Amido vegetal	Grãos de soja	Proteína vegetal hidrolisada
Caldo de legumes	Lecitina de soja (E322)	Proteínas de soja hidrolisadas (HVP)
Concentrado de proteínas de soja	Leite de soja	Rebentos de soja
Edamame	Miso	Requeijão de soja
Emulsificante	Molho de soja	Shōyu
Espessantes	Natto	Soja
Estabilizador	Óleo de soja	Tamari
Farinha de soja	Óleo vegetal hidrolisado	Tempeh
Fibra de soja	Pantenol de soja	Tofu
Glutamato monossódico (MSG)	Proteína de soja	Vegetais hidrolisados
Goma arábica (E414)		

f. Trigo

O trigo é responsável pela maioria das alergias alimentares a cereais, estando profusamente distribuído na nossa dieta, Tabela 8³⁸. Pode ser encontrado em diversos alimentos, tais como produtos de padaria e pastelaria, massas e esparguetes, rissóis, croquete, e outros produtos panados, empadas, molhos diversos, sopas instantâneas, flocos de cereais, enchidos, salsichas, patés, chocolates, *whisky* ou cerveja.

Tabela 8 Nomes que podem surgir nos rótulos de produtos alimentares, indicando a presença de trigo.

Amido gelatinizado	Kamut
Amido modificado	Maisena
Amido vegetal	Matzoh
Bulgur	Migalhas de pão
Cuscuz	Peroxidasas
Farelo	Proteína de massa
Farelo de moleiros	Proteína vegetal hidrolisada (HVP)
Farinha	Seitan
Gliadina	Sêmola
Glúten	Trigo (farelo, gérmen de farinha, glúten, malte, amido)
Goma vegetal	Trigo duro
Inibidores da serina protease	Trigo vermelho
Inibidores da α -amilase e tripsina	

g. Milho

O milho é outro cereal também bastante frequente na dieta. Apesar de menos descrita, a sua alergia alimentar é reconhecida, Tabela 9³⁹. Algumas fontes deste cereal são facilmente identificáveis e incluem produtos de padaria e pastelaria. Contudo pode estar presente noutros alimentos menos reconhecidos, nos quais se incluem alimentos panados, óleo de milho, leite achocolatado, bebidas gaseificadas e/ou alcoólicas, café instantâneo, manteiga de amendoim, sopas instantâneas ou comida chinesa.

Tabela 9 Nomes que podem surgir nos rótulos de produtos alimentares, indicando a presença de milho.

Amido gelatinizado	Goma vegetal
Amido modificado	Inibidores da α -amilase e tripsina
Amido vegetal	LTP's
Farelo	Maizena
Farelo de moleiros	Migalhas de pão
Farinha	Proteína vegetal hidrolisada (HVP)
Glúten	

h. Sésamo

O sésamo é uma semente oleosa, sendo um alergénio emergente no mundo ocidental, Tabela 10⁴⁰. A sua tolerância apenas é adquirida por uma minoria dos doentes alérgicos⁴⁰. Pode estar presente numa série de alimentos, como hambúrgueres, molhos e massas orientais, bolachas, cones de gelados, comida vegetariana, entre outros.

Tabela 10 Nomes que podem surgir nos rótulos de produtos alimentares, indicando a presença de sésamo.

Gergelim (brasileiro)	Sesamol
Óleo de sementes de sésamo	Sesamolina
Óleo de sésamo	<i>Sesamum indicum</i>
Óleo vegetal	Sim sim
Semente de sésamo	Tahine
Sésamo	Til

i. Aditivos alimentares

Outras fontes de alergénios alimentares, que podem estar presentes de uma forma oculta, são os aditivos alimentares, tais como conservantes, corantes e aromatizantes, Tabela 11. A hipersensibilidade a aditivos alimentares é pouco comum, apesar de existirem alguns casos descritos⁴¹. A identificação destes ingredientes nos rótulos é obrigatória (Decreto-Lei 560/99), contudo nem sempre são cumpridas estas directivas.

Tabela 11 Listagem de alguns aditivos alimentares que podem ser responsáveis por reacções de hipersensibilidade.

Conservantes	
Benzoatos (E 210 a 219)	Nitratos (E 240 a 259)
Citratos (E 330 a 333)	Parabenos (E 214, 216 e 218)
Dióxido sulfúrico (E 220)	Sulfitos (E 220 a 229)
Espessantes	
Goma arábica (E 414)	Outras gomas vegetais (E 410 a 419, excepto 415 e 418)
Anti-oxidantes	
Hidroxianisol butilado (BHA – E 320)	Hidroxitolueno butilado (BHT – E 321)
Intensificadores de sabor e adoçantes	
Glutamato monossódico (E 621)	Aspartamo (E 951)
Corantes	
Tartrazina (E 102)	Amarelo "pôr-do-sol" (E 110)
Ácido carmínico (E 120)	Eritrosina (E 127)
Caramelo (E150)	Carotenos (E 160a)
Annatto (E 160b)	Açafrão (E 164)
Taninos (E 181)	

j. Outros alimentos

A carne de mamíferos e de aves, os peixes, o marisco e os frutos frescos são alimentos que também podem induzir reacções alérgicas, algumas devido a alergénios ocultos⁴². Estas reacções alérgicas podem ser devidas ao contacto cruzado com utensílios contaminados com um determinado alimento ou presença do alergénio no preparado alimentar final³⁰.

Nalguns alimentos o contacto com os alergénios pode ser totalmente inesperado. No caso da alergia alimentar aos peixes, marisco, ovo, ananás, carne de porco e de aves, a exposição inalatória dos seus alergénios pode induzir clínica alérgica grave^{43,44}. Estas situações tornam-se de particular importância nos ambientes profissionais^{43,44}.

Outras formas de alergia podem ser devidas à contaminação de alimentos por parasitas. O *Anisakis simplex* é um nemátodo que parasita peixes; pode induzir reacções de hipersensibilidade, mesmo se estiver morto^{45,46}.

Os frutos podem estar presentes numa variedade de alimentos, incluindo, os sumos de fruta, compotas, gelados, xaropes, licores, como ingrediente de produtos de padaria ou pastelaria, aromatizantes, conservas ou no processamento de pratos de carne e de peixe, para além da sua forma natural⁴⁷.

Síndromes de reactividade cruzada

É possível existir reactividade cruzada entre alergénios alimentares filogeneticamente relacionados, bem como entre alergénios alimentares e não-alimentares³⁰. A reactividade cruzada imunológica em que um anticorpo IgE reconhece dois ou mais antigénios diferentes, por apresentarem epítomos semelhantes, é mais comum do que a reactividade cruzada clinicamente evidente⁴⁸. Habitualmente é reprodutível e eficazmente inibido pelo alergénio solúvel⁴⁸. A presença de reactividade cruzada pode não ser traduzida numa resposta clínica após a exposição do alergénio, pelo que a simples presença de anticorpo IgE não é suficiente para a manifestação da doença alérgica⁴⁸. Contudo, podem surgir manifestações clínicas pela ocorrência de fenómenos de reactividade cruzada, pelo que o seu conhecimento e identificação são essenciais.

São também identificados fenómenos de reactividade cruzada entre diversos grupos de fármacos, criando muitas vezes dificuldades na escolha de um fármaco alternativo para o doente.

a. Reactividade cruzada entre alergénios com origem em plantas

Pode ser devido à reactividade cruzada entre frutos e vegetais, ou entre alimentos e pólenes, Tabela 12. As manifestações podem ser variadas e vão desde o síndrome oral alérgico, rinite e conjuntivite, até reacções mais graves com broncospasmo, urticária e angioedema⁴⁹.

Tabela 12 Alguns síndromes e exemplos de reactividade cruzada entre alergénios com origem em plantas.^{30,49,50}

Reactividade cruzada	Alimentos implicados	Alergénios implicados	Particularidades
Artemísia-aipo-especiarias	Aipo Cenoura Salsa Sementes de erva doce Sementes de coentro Anis Paprika Pimenta Manga Alho Cebola Alho-porro	- Profilinas (Art v 4) - Art v 60 kDa - outros alergénios ainda não identificados	Associado à sensibilização a pólenes de Artemísia.
Artemísia-mostarda	Mostarda Bróculos Couve repolho Couve-flor	- Profilinas (Art v 4) - LTP's (Art v 3) - Art v 60 kDa	Associado à sensibilização a pólenes de Artemísia.
Artemísia-pêssego	Pêssego	- Profilinas (Art v 4) - LTP's (Art v 3)	Associado à sensibilização a pólenes de Artemísia.
Artemísia-camomila	Infusão de camomila	- ainda por identificar	Associado à sensibilização a pólenes de Artemísia.
Ambrósia-melão-banana	Melão Melancia Meloa Melão verde Abobrinha Pepino Banana	- LTP (Amb a 6) - CCD's (glicolalergénios) - Alergénios de alto peso molecular	Associado à sensibilização a pólenes de ambrósia.
Bétula-maçã	Frutos e vegetais da família das <i>Rosaceae</i> (maçã, cereja, pêssego, damasco) e <i>Betulaceae</i> (avelã)	- Homólogos de Bet v 1 (proteína de defesa de plantas) - Bet v 2 (profilina)	Associado à sensibilização a pólenes de Bétula.
Cereais	Trigo Cevada Centeio Arroz Milho Aveia	- Inibidores de α -amilase/tripsina: Hor v 1 Sec c 1 - Gliadinas	Podem estar associadas a alergia respiratória a farinhas e alergia alimentar a cereais.
<i>Chenopodium</i> -frutos	Pêssego Banana Melão Alho	- Profilina (Che a 2)	Associado à sensibilização a pólenes de <i>Chenopodium</i> .

<i>Compositae</i> -alimentos	Sementes de girassol Líchia	- Profilina (Hel a 2, Lit c 1) - Alergénio de 70 kDa	Associado à sensibilização a pólen da família <i>Compositae</i> .
Frutos frescos da família das Rosáceas.	Pêssego Maçã Ameixa Cereja	- LTP's: Pru p 3 Mal d 3 Pru d 3 Pru av 1	
Frutos secos e sementes	Noz Noz-do-Brasil Mostarda Sésamo Amendoim	- Albuminas 2S: Jug r 1 Ber e 1 Bra j 1 Ses i 1 Ara h 2, 6	
Gramíneas-cereais	Milho Trigo Centeio Cevada	- Phl p 1 - Phl p 5	Associado à sensibilização a pólen de gramíneas.
Gramíneas-pêssego	Frutos da família Rosaceae.	- LTP's ??? (ainda não descritos) - Profilinas (Homólogo de Bet v 2)	Associado à sensibilização a pólen de gramíneas.
Látex-frutos	Banana Kiwi Abacate Melão Uvas Castanha Noz Nabo	- Hev b 2 - Hev b 6.02 - Hev b 7 - Hev b 8 - quitinasas de classe 1	Associado à sensibilização a látex.
Leguminosas	Amendoim Lentilha Noz Sésamo	- Vicilinas 7S: Ara h 1 Len c 1 Jug r 2 Ses i 3	
Lúpulo-aipo	Aipo Lúpulo	- ainda por identificar	Associado à sensibilização a pólen de lúpulo.
Parietária-pistáchio	Pistáchio	- LTP (Par j 1)	Associado à sensibilização a pólen de parietária
Plantago-melão	Melão	- Alergénios de 14 e 31 kDa	Associado à sensibilização a pólen de Plantago
<i>Salsola kali</i> -açafão	Açafão	- Profilinas de 15,5 kDa	Associado à sensibilização a pólen de <i>Salsola</i> .

b. Reactividade cruzada entre alergénios com origem em animais

Apesar de menos comum, pode ocorrer reactividade cruzada entre alergénios de animais, Tabela 13. Encontram-se neste grupo fenómenos de reactividade cruzada entre alimentos e entre aeroalergénios e alimentos. Algumas das sensibilizações encontradas podem não desencadear clínica.

Tabela 13 Alguns síndromes e exemplos de reactividade cruzada entre alergénios com origem em animais.⁵¹

Reactividade cruzada	Alimentos implicados	Alergénios implicados	Particularidades
Ácaros-marisco	Marisco Crustáceos Cefalópodes Bivalves	- Tropomiosina (Der p 10)	Associado à sensibilização a ácaros.
Ave-ovo	Ovo	- α -livetina (Gal d 5)	Associado à sensibilização a aeroalergénios de aves.
Carne de ave-ovo	Carne de ave Ovo	- α -livetina	
Carne de mamíferos	Carne de diversos mamíferos	- Albuminas do soro	
Carne-epitélio	Carne de diversos mamíferos	- Albuminas do soro	Associado à sensibilização ao epitélio do animal.
Crustáceos-molucos	Marisco Crustáceos Cefalópodes Bivalves	- Tropomiosina (vários alergénios identificados)	
Crustáceos	Marisco Crustáceos	- Tropomiosina (vários alergénios identificados)	
Gato-porco	Carne de porco	- Albuminas do soro	Associado à sensibilização a aeroalergénios do gato
Leite de vaca-carne de vaca	Leite de vaca Carne de vaca	- Albuminas do soro	
Moluscos	Cefalópodes Bivalves	- Tropomiosina (vários alergénios identificados)	
Peixes	Diversos peixes.	- Parvalbumina (Gal c 1)	

c. Reactividade cruzada nos fármacos

Os doentes com história de uma reacção adversa a um fármaco têm um risco acrescido de uma reacção com outro fármaco, particularmente se tiver uma estrutura similar, Tabela 14⁵². É possível a ocorrência de reactividade cruzada entre fármacos com funções terapêuticas diferentes, pelo que o reconhecimento destas reacções é fundamental para uma boa orientação destes doentes, no sentido de escolher um fármaco alternativo adequado.

Tabela 14 Alguns exemplos de reactividade cruzada entre fármacos.^{52,53}

Grupos de fármacos	Alguns exemplos de fármacos envolvidos	Particularidades
Ácido acetilsalicílico-hidro cortisona	Ácido acetilsalicílico (AAS) Hidro cortisona	Não usar hidro cortisona em doentes com intolerância a AAS.
Anticonvulsivantes-antidepressivos tricíclicos	- Anticonvulsivantes: Carbamazepima - Antidepressivos tricíclicos: Amitriptilina Doxepina	Atenção à reactividade cruzada entre o grupo dos anticonvulsivantes.
Derivados de azóis	Fluconazol Itraconazol Metronidazol Tinidazol	
Grupo das sulfonamidas	- Antibacterianos: Sulfametoxazol Sulfacetamida Sulfadiazina - Não antibacterianos: Acetazolamida Celecoxib Clorotalidona Dapsona Furosemida Glipizida Hidroclorotiazida Sulfasalazina Tolbutamida	Inclui fármacos antibacterianos e não antibacterianos.
Grupo de AINE's	Ácido acetilsalicílico Diclofenac Ibuprofeno Indometacina Naproxeno Piroxicam	As reacções adversas a vários AINE's estão relacionadas com aqueles que inibem a COX 1 e 2.
Grupo dos anticonvulsivantes	- Aromáticos: Carbamazepina Fenitoína Fenobarbital - Não aromáticos: Lamotrigina	A reactividade cruzada entre anticonvulsivantes aromáticos é mais comum, mas pode ocorrer entre aromáticos e não-aromáticos.

Grupo dos glucocorticóides	Budesonido Triamcinolona Metilprednisolona Betametasona	Podem ocorrer fenómenos de reactividade cutânea entre formulações diferentes (ex. tópicos-sistémicos)
Grupo de 5-ASA	Sulfasalazina Mesalazina	
Grupo da rifamicina	Rifamicina Rifampicina Rifabutina	
Grupo de heparinas e heparinóides.	Heparina sódica Enoxaparina Nadroparina Dalteparina Fondaparinux	Padrões de reactividade cruzada variados entre cada fármaco.
Inibidores de bomba de prótons	Omeprazol Pantoprazol	
Meios de contraste iodados	Iodixanol Iohexol Iopentol Iomeprol Ioversol	A reactividade cruzada é mais importante nos contrastes com uma estrutura química similar.
Penicilina-outras beta-lactâmicos	- Aminopenicilinas: Amoxicilina Ampicilina - Benzilpenicilinas: Benzilpenicilina benzatínica Benzilpenicilina potássica Benzilpenicilina procaínica Fenoximetilpenicilina - Isoxazolilpenicilinas: Flucloxacilina - Piperacilina - Cefalosporinas: Primeira geração Segunda geração - Carbapenemos: Imipenem/cilastatina Meropenem - Monobactamas: Aztreonam	Pode ocorrer reactividade cruzada entre cada grupo de beta-lactâmicos, ou entre grupos diferentes. Risco de reactividade cruzada entre penicilinas e cefalosporinas essencialmente com as de 1ª e 2ª geração.
Quinolonas	Ciprofloxacina Norfloxacina	
Relaxantes musculares	Suxametónio Vecurónio Rocurónio Atracurium	

Dieta sem salicilatos

Os doentes com hipersensibilidade ao ácido acetilsalicílico (AAS) apresentam uma maior propensão para apresentar intolerância a alguns alimentos e aditivos alimentares, Tabela 15⁵⁴. De facto, alguns alimentos e aditivos alimentares induzem intolerância alimentar por mecanismos semelhantes aos da hipersensibilidade a AAS⁵⁴.

A evicção de alimentos com quantidades importantes de salicilatos em doentes com hipersensibilidade a AAS, é importante para um bom controlo clínico-funcional.

Tabela 15 Listagem de alguns alimentos agrupados de acordo com a quantidade de salicilatos que possuem. +++ quantidade de salicilatos muito alta. ++ quantidade de salicilatos alta. + quantidade de salicilatos moderada a ligeira.

Frutos	
+++	Damascos secos, ameixa seca, passas de uva, groselha, framboesas
++	Amora silvestre, ameixa, ananás, morangos, uvas, laranja, goiaba
+	Maças, cerejas, groselha, tangerinas, toranja, limões, melão, melancia, ameixa, abacate
Vegetais	
+++	Pepino verde pequeno em conserva
++	Chicória, pimentão (chilli), corgetes, azeitonas verdes, pepino, endívia, pimenta, rábano, castanha
+	Tomate, batata doce, bróculos, espinafres, amendoim com casca, pistacho, sésamo, cajú, milho, rebento de alfafa, brinjela, agrião
Bebidas	
+++	Vinho, cidra e vinagre de cidra, sumos de fruta ou vegetais com salicilatos
++	Chá de menta, cerveja, licores, Porto, rum, bebidas c/ gás, sidra, brandy
+	Coca-cola, café
Outros	
+++	Todas as especiarias e condimentos, fermento
++	Noz moscada, essência de baunilha, pimenta branca, cominhos, manjeriço, folha de louro, óleo de coco, azeite, mel
+	Sobremesas com hortelã pimenta, pickes, vinagre, óleo de milho, de sésamo, de amendoim, de castanha

Aminas biogénicas

Estão descritos um grupo extenso de alimentos que possuem uma quantidade elevada de aminas biogénicas, Tabela 16⁵⁵. Doentes com urticária crónica e outras condições clínicas caracterizadas por uma intolerância à histamina, deverão evitar a ingestão de alimentos com uma quantidade apreciável de aminas biogénicas (os chamados alimentos libertadores de histamina)⁵⁵. Alguns destes alimentos possuem estas características na sua forma natural (como alguns frutos frescos, frutos secos e queijos) outros devem o seu poder libertador de histamina aos aditivos e/ou conservantes que lhe foram adicionados.

Tabela 16 Listagem de alguns alimentos ricos em aminas biogénicas.

Frutas e Verduras	Carnes, aves, peixes e crustáceos
Morango e framboesa	Presunto e fiambre
Ameixa	Carne de porco
Kiwi	Salsicharia
Figo	Salmão
Banana	Anchovas
Citrinos: laranja, limão, tangerina, toranja	Crustáceos: caranguejo, mexilhão, ostra, lagosta e outros
Ananás	Arenque, atum, sardinha, cavala
Uva e passas uva	Peixe marinado e/ou em conserva
Nozes	Conservas de peixe e carne
Conservas de fruta	Caviar
Legumes	Condimentos e derivados
Favas, lentilhas e feijão verde	Caril
Ervilha	Ketchup
Pepino em conserva	Vinagre
Beringela	Molho soja
Cogumelos	Extracto de levedura
Espinafres	Doces sobremesas e compotas
Couve fermentada	Com amendoim
Couve repolho, couve lombarda, couve comum, couve bróculo	Com noz
Conservas de vegetais	Com maçapão
Cereais	Compotas industriais
Gérmen de trigo	Bebidas
Pão ralado	Colas
Pastas com leveduras	Sumos de verduras

Lactínios	Cerveja com álcool
Nata	Cerveja sem álcool
Queijos fermentados	Licores
logurtes aromatizados	Outras bebidas alcoólicas

Níquel e alimentos

Os doentes com dermatite de contacto alérgica (DCA) ao níquel, apesar de manterem uma correcta evicção do contacto com este metal, as lesões cutâneas podem persistir ou a sintomatologia agravar-se devido a uma exposição contínua deste alergénio por via oral, tabela 17⁵⁶. De facto, o níquel pode ser um contaminante de vários alimentos e da água⁵⁶. A introdução de uma dieta de evicção de alimentos com níquel em doentes com DCA a este metal, constitui um método para o controlo clínico da doença, especialmente naqueles doentes em que as lesões cutâneas persistem ou agravam-se, apesar da evicção do contacto com níquel⁵⁶.

Tabela 17 Listagem de alguns alimentos com níquel.

Hortícolas	Bivalves
Espargo	Ostras
Feijão	Cereais e produtos lácteos
Cogumelos	Cereais
Ervilha	Fermento em pó
Espinafre	Soro lácteo
Ruibarbo	Queijo
Tomate	Aromas e condimentos
Frutos secos	Molhos saladas
Amendoim	Ketchup
Frutos frescos	Vinagre
Pêra	Outros
Cereja	Cacau
Pêssego	Chá
Banana	Todos alimentos enlatados

Alergénios ocultos em medicamentos

É possível serem encontrados alergénios ocultos em medicamentos. São várias as formulações farmacêuticas que possuem extractos de produtos naturais, que podem ser responsáveis por reacções alérgicas a um determinado medicamento. O reconhecimento da presença destes alergénios é fundamental de modo a evitar reacções adversas, comprometendo o efeito terapêutico, Tabela 18.

Tabela 18 Listagem de alguns alergénios ocultos que poderão estar presentes nalguns medicamentos.

Laxantes e reguladores intestinais	
Plantago	Mucofalk / Agiocur / Agiolar / Laxat / Prontolax
Beladona + cascara sagrada	Laxolen
Beladona	Doce Alívio
Cascara sagrada + sene + anix verde	Mucinum
Maçã reineta + sene	Xarope maçãs reinetas
Senósidos	Pursennide
Lactulose	Duphalac / Laevolac
Farelo de trigo	Infibran
Coleréticos	
Alcachofra + Alfazema + Cardo Mariano + Hortelã-Pimenta	Cholagutt
<i>Galium molugo</i>	Hepacalmina
Aparelho respiratório	
Codeína e extractos vegetais	Codol
Beladona + eucalipto + benjoin + tomilho + alfazema + cânfora	Vaporil
Anti-histamínicos	
Essência de avelã	Atarax xarope
Anti-inflamatórios	
Bromelaína	Ananase
Amilase	Maxilase
Ruibarbo	Pyralvex
Ansiolíticos	
Valeriana	Valdispert / Livetan
Anti-hemorroidários	
Hamamelis	Hemofissura
Óleo fígado tubarão	Sperti Preparação H
Outros	
Ginkgo biloba	Abolibe / Biloban / Gincoben / Vasactive
Ginseng	Ginsana

Bibliografia

1. Bock SA, Munoz-Furlong A, and Sampson HA. Fatalities due to anaphylactic reactions to foods. *J Allergy Clin Immunol* 2001;107:191-3.
2. Miller LG. Herbal medicinals: selected clinical considerations focusing on known or potential drug-herb interactions. *Arch Intern Med* 1998;158: 2200-11.
3. U.S. Food, and Drug Administration Center for Food Safety, and Applied Nutrition. Economic Characterization of the Dietary Supplement Industry. Final Report March 1999.
4. Anderson LA. Concern regarding herbal toxicities: case reports and counselling tips. *Ann Pharmacother* 1996; 30:79-80.
5. Bronstein AC, Spyker DA, Cantilena LR Jr, Green JL, Rumack BH, Heard SE; American Association of Poison Control Centers. 2007 Annual Report of the American Association of Poison Control Centers' National Poison Data System (NPDS): 25th Annual Report. *Clin Toxicol* 2008;46:927-1057.
6. WHO: National policy on traditional medicine and regulation of herbal medicines. 2005.
7. Phua DH, Zosel A, Heard K. Dietary supplements and herbal medicine toxicities-when to anticipate them and how to manage them. *Int J Emerg Med* 2009;2: 69-76.
8. Bielory L, Lupoli K. Herbal interventions in asthma and allergy. *J Asthma* 1999;36:1-65.
9. van Asperen PP, Kemp AS, Mellis CM. A prospective study of the clinical manifestations of atopic disease in infancy. *Acta Paediatr Scand* 1984;73: 80-5.
10. Adkinson NF Jr. Risk factors for drug allergy. *J Allergy Clin Immunol* 1984; 74:567-72.
11. Drew AK, Myers SP. Safety issues in herbal medicine: implications for the health professions. *Med J Aust* 1997;166:538-41.
12. Caiozzi G, Cabrera D, Mardóñez JM, Saldías F. Herbal medicines and severe adverse effects: uvular angioedema caused by *Echballium elaterium*. *Rev Med Chil* 2002;130:1407-10.
13. Committee On Herbal Medicinal Products. Community herbal monograph on *Echinacea purpurea* (L.) Moench, herba recens. European Medicines Agency 2008. [available at http://www.emea.europa.eu/pdfs/human/hmpc/echinaceae_purpureae_herba/10494506enfin.pdf]
14. Mullins RJ. *Echinacea*-associated anaphylaxis. *Med J Aust* 1998;168: 170-1.
15. Anonymous. Immunallergische reaktionen nach *Echinacea*-Extrakten (*Echinacin*, *Esberitox N* u.a.). *Arznci- Telegramm* 1991;4:39.
16. Mullins RJ, Heddle R. Adverse reactions associated with *echinacea*: the Australian experience. *Ann Allergy Asthma Immunol* 2002;88:42-51.
17. Katayama M, Aoki M, Kawana S. Case of anaphylaxis caused by ingestion of royal jelly. *J Dermatol.* 2008;35:222-4.
18. Testi S, Cecchi L, Severino M, Manfredi M, Ermini G, Macchia D, et al. Severe anaphylaxis to royal jelly attributed to cefonicid. *J Investig Allergol Clin Immunol* 2007;17:281.

19. Takahama H, Shimazu T. Food-induced anaphylaxis caused by ingestion of royal jelly. *J Dermatol* 2006;33:424-6.
20. Chivato T, Juan F, Montoro A, Laguna R. Anaphylaxis induced by ingestion of a pollen compound. *J Investig Allergol Clin Immunol* 1996;6:208-9.
21. Cohen SH, Yunginger JW, Rosenberg N, Fink JN. Acute allergic reaction after composite pollen ingestion. *J Allergy Clin Immunol* 1979;64:270-4.
22. Artigo 2º do D.L.189/2008, de 24 de Setembro.
23. White IR, de Groot AC. Cosmetics and skin care products. In: Frosch PJ, Menne T, Lepoittevin J-P, eds. *Contact Dermatitis*, 4th edn. Berlin-Heidelberg-New York, Springer, 2006: 493-506.
24. Laguna C, de la Cuadra J, Martín-González B, Zaragoza V, Martínez-Casimiro L, Alegre V. Allergic contact dermatitis to cosmetics. *Actas Dermosifiliogr* 2009;100:53-60.
25. Nielsen NH, Menné T. Allergic contact sensitisation in an unselected Danish population. The Glostrup Allergy Study, Denmark. *Acta Derm Venereol* 1992; 72: 456-60.
26. Dotterud LK, Smith-Sivertsen T. Allergic contact sensitization in the general adult population: a population-based study from Northern Norway. *Contact Dermatitis* 2007; 56: 10-5.
27. Branum AM, Lukacs SL. Food allergy among children in the United States. *Pediatrics* 2009;124:1549-55.
28. Fernández Rivas M. Food allergy in Alergológica-2005. *J Investig Allergol Clin Immunol* 2009;19 (Suppl 2):37-44.
29. Warner JO. The early life origins of asthma and related allergic disorders. *Arch Dis Child* 2004; 89:97-102.
30. Puglisi G, Frieri M. Update on hidden food allergens and food labeling. *Allergy Asthma Proc.* 2007;28:634-9.
31. Tey D, Heine RG. Egg allergy in childhood: an update. *Curr Opin Allergy Clin Immunol* 2009;9:244-50.
32. Skripak JM, Matsui EC, Mudd K, Wood RA. The natural history of IgE-mediated cow's milk allergy. *J Allergy Clin Immunol* 2007;120:1172-7.
33. Burks AW. Peanut allergy. *Lancet* 2008;371:1538-46.
34. Fleischer DM. The natural history of peanut and tree nut allergy. *Curr Allergy Asthma Rep* 2007;7:175-81.
35. Crespo JF, James JM, Fernandez-Rodriguez C, Rodriguez J. Food allergy: nuts and tree nuts. *Br J Nutr* 2006;96 (Suppl 2):S95-102.
36. Fleischer DM, Conover-Walker MK, Matsui EC, Wood RA. The natural history of tree nut allergy. *J Allergy Clin Immunol.* 2005;116:1087-93.
37. Ramesh S. Food allergy overview in children. *Clin Rev Allergy Immunol* 2008;34:217-30.
38. Inomata N. Wheat allergy. *Curr Opin Allergy Clin Immunol.* 2009;9:238-43.
39. Pastorello EA, Farioli L, Conti A, et al. Wheat IgE-mediated food allergy in European patients: alpha-amylase inhibitors, lipid transfer proteins and low-molecular-weight glutenins. Allergenic molecules recognized by double-blind, placebo-controlled food challenge. *Int Arch Allergy Immunol* 2007;144:10-22.

40. Permaul P, Stutius LM, Sheehan WJ, *et al.* Sesame allergy: role of specific IgE and skin-prick testing in predicting food challenge results. *Allergy Asthma Proc* 2009;30:643-8.
41. Simon RA. Adverse reactions to food additives. *Curr Allergy Asthma Reports* 2003; 3:62-6.
42. Añíbarro B, Seoane FJ, Múgica MV. Involvement of hidden allergens in food allergic reactions. *J Investig Allergol Clin Immunol.* 2007;17:168-72.
43. James JM, Crespo JF. Allergic reactions to foods by inhalation. *Curr Allergy Asthma Rep* 2007;7:167-74.
44. Hilger C, Swiontek K, Hentges F, Donnay C, de Blay F, Pauli G. Occupational inhalant allergy to pork followed by food allergy to pork and chicken: sensitization to hemoglobin and serum albumin. *Int Arch Allergy Immunol* 2010;151:173-8.
45. Audicana MT, Kennedy MW. Anisakis simplex: from obscure infectious worm to inducer of immune hypersensitivity. *Clin Microbiol Rev.* 2008; 21:360-79.
46. Daschner A, Pascual CY. Anisakis simplex: sensitization and clinical allergy. *Curr Opin Allergy Clin Immunol* 2005;5:281-5.
47. Zuidmeer L, Goldhahn K, Rona RJ, *et al.* The prevalence of plant food allergies: a systematic review. *J Allergy Clin Immunol* 2008;121:1210-1218.
48. Eckman J, Saini SS, Hamilton RG. Diagnostic evaluation of food-related allergic diseases. *Allergy Asthma Clin Immunol* 2009; 22:5:2.
49. Bonds RS, Midoro-Horiuti T, Goldblum R. A structural basis for food allergy: the role of cross-reactivity. *Curr Opin Allergy Clin Immunol* 2008;8:82-6.
50. Egger M, Mutschlechner S, Wopfner N, Gadermaier G, Briza P, Ferreira F. Pollen-food syndromes associated with weed pollinosis: an update from the molecular point of view. *Allergy* 2006;61:461-76.
51. Sicherer SH. Clinical implications of cross-reactive food allergens. *J Allergy Clin Immunol.* 2001;108:881-90.
52. Bahna SL, Khalili B. New concepts in the management of adverse drug reactions. *Allergy Asthma Proc* 2007;28:517-24.
53. Drug Allergy. Ed D Vervolet, M Pradal, J Birnbaum, MC Koeppel. Phadia AB. Edition Condé, Paris, France. 2009.
54. Williams WR, Pawlowicz A, Davies BH. Aspirin-like effects of selected food additives and industrial sensitizing agents. *Clin Exp Allergy.* 1989;19:533-7.
55. Schwelberger HG. Histamine intolerance: overestimated or underestimated? *Inflamm Res* 2009;58 (Suppl 1):51-2.
56. Antico A, Soana R. Chronic allergic-like dermatopathies in nickel-sensitive patients. Results of dietary restrictions and challenge with nickel salts. *Allergy Asthma Proc* 1999;20:235-42.