



## O impacto psicossocial e emocional das alergias alimentares em crianças

The psychosocial and emotional impact of food allergies in children

El impacto psicossocial y emocional de las alergias alimentarias en niños

Camila Barros Couto<sup>1</sup>, Lorena Barros Couto<sup>2</sup>, Ana Luiza Martins Porfírio<sup>3</sup>, Izadora de Godoy de Orleães<sup>4</sup>, Brenna Marcial Caliman<sup>5</sup>, Luana Annicchino Cembranelli<sup>6</sup>, Gabriela Monteiro Alves de Carvalho<sup>7</sup>, Maria Fernanda Atalla de Sousa Assis<sup>8</sup>, Luise DAvila Lopes<sup>8</sup>, Neidejany de Assunção do Sacramento<sup>4</sup>.

### RESUMO

**Objetivo:** Realizar uma revisão integrativa dos estudos que abordam o impacto psicossocial e emocional das alergias alimentares em crianças. **Métodos:** Este estudo consiste em uma revisão integrativa. Realizou-se uma busca na base de dados do PubMed, resultando na identificação de 17 artigos relevantes. **Resultados:** Os resultados revelaram que crianças com alergias alimentares frequentemente enfrentam uma carga significativa de desafios psicoemocionais, afetando também a saúde mental de seus cuidadores. Uma lacuna identificada é a escassez de intervenções direcionadas para auxiliar os portadores de alergias alimentares a lidar com esses desafios. Diversos métodos de avaliação do impacto nas interações sociais dessas crianças foram examinados e demonstraram ser eficazes. **Considerações finais:** Conclui-se que a busca por intervenções destinadas a melhorar a qualidade de vida das crianças com alergias alimentares e de suas famílias tem progredido e obtido resultados positivos. No entanto, ainda existe uma carência significativa de apoio emocional para muitas crianças e adolescentes que lidam com alergias alimentares.

**Palavras-chave:** Hipersensibilidade Alimentar, Criança, Saúde Emocional, Qualidade de Vida, Impacto Psicossocial.

### ABSTRACT

**Objective:** To conduct an integrative review of studies addressing the psychosocial and emotional impact of food allergies in children. **Methods:** This study is an integrative review. A search was conducted in the PubMed database, resulting in the identification of 17 relevant articles. **Results:** The findings revealed that children with food allergies often face a significant burden of psychosocial challenges, which also affects the mental health of their caregivers. An identified gap is the shortage of targeted interventions to assist individuals with food allergies in coping with these challenges. Various methods for assessing the impact on the social interactions of these children were examined and proved to be effective. **Final considerations:** It is concluded that the pursuit of interventions aimed at improving the quality of life for children with food allergies and their families has been progressing and yielding positive results. However, there remains a significant lack of emotional support for many children and adolescents dealing with food allergies.

**Keywords:** Food Hypersensitivity, Child, Emotional Health, Quality of Life, Psychosocial Impact.

### RESUMEN

**Objetivo:** Realizar una revisión integradora de estudios que aborden el impacto psicossocial y emocional de las alergias alimentarias en niños. **Métodos:** Este estudio es una revisión integradora. Se realizó una

<sup>1</sup>Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais (PUC-MG), Betim – MG.

<sup>2</sup>Faculdade da Saúde e Ecologia Humana (FASEH), Vespasiano – MG.

<sup>3</sup>Faculdade Brasileira de Cachoeiro (Multivix), Cachoeiro de Itapemirim – ES.

<sup>4</sup>Universidad Nacional de Rosario (UNR), Rosario – Argentina.

<sup>5</sup>Universidade Vila Velha - UVV, Vila Velha – ES.

<sup>6</sup>Universidade Anhembi Morumbi (UAM), Piracicaba – SP.

<sup>7</sup>Faculdade de Medicina de Petrópolis (FMP), Petrópolis – RJ.

<sup>8</sup>Universidade Anhanguera (UNIDERP), Campo Grande – MS.

búsqueda en la base de datos de PubMed, lo que resultó en la identificación de 17 artículos relevantes. **Resultados:** Los hallazgos revelaron que los niños con alergias alimentarias a menudo enfrentan una carga significativa de desafíos psicosociales, lo que también afecta la salud mental de sus cuidadores. Una brecha identificada es la escasez de intervenciones específicas para ayudar a las personas con alergias alimentarias a enfrentar estos desafíos. Se examinaron varios métodos para evaluar el impacto en las interacciones sociales de estos niños y se demostró que son efectivos. **Consideraciones finales:** Se concluye que la búsqueda de intervenciones destinadas a mejorar la calidad de vida de los niños con alergias alimentarias y sus familias ha avanzado y ha arrojado resultados positivos. Sin embargo, todavía existe una falta significativa de apoyo emocional para muchos niños y adolescentes que lidian con alergias alimentarias.

**Palabras clave:** Hipersensibilidad Alimentaria, Niño/Niña, Salud Emocional, Calidad de Vida, Impacto Psicosocial.

## INTRODUÇÃO

É crucial ressaltar que a alergia alimentar constitui um desafio de saúde em constante crescimento, manifestando-se com alta prevalência tanto em nações ocidentais quanto em países em desenvolvimento (DUNLOP JH e KEET CA, 2018). A exposição a esses potenciais alérgenos pode acarretar implicações significativas, culminando em consequências graves que podem, em casos extremos, resultar em complicações fatais. Essas ramificações reverberam profundamente na qualidade de vida das crianças afetadas, tornando-se mais evidentes durante os períodos de introdução alimentar (ROCTOR KB, et al., 2022). Portanto, é imperativo abordar essa questão com sensibilidade e consciência, reconhecendo a complexidade e a seriedade que envolvem o manejo da alergia alimentar.

Torna-se essencial reconhecer que, embora a maioria das fatalidades associadas à alergia alimentar seja controlável por meio de tratamentos apropriados, a incerteza em relação à previsibilidade de episódios anafiláticos e suas implicações iminentes pode desencadear quadros de ansiedade entre os membros da família. Assim, o cuidado de uma criança que sofre de alergia alimentar pode gerar um impacto expressivo e negativo tanto na saúde mental do paciente quanto na do cuidador, demandando uma abordagem abrangente para o suporte psicológico (SUGUNASINGHA N, et al., 2022).

A literatura científica destaca a importância de evitar o alérgeno causador como um pilar fundamental no manejo clínico da alergia alimentar. No entanto, mesmo quando a prevenção é realizada com meticulosidade, não se pode ignorar a possibilidade de exposições acidentais, que podem resultar em sintomas agudos de anafilaxia (TOMEI L, et al., 2023). Diante desse cenário, situações de exposição involuntária frequentemente exigem ajustes incontornáveis na rotina cotidiana, podendo até mesmo impor limitações ou restrições na participação em atividades sociais. Essa complexidade reforça a necessidade contínua de compreensão e apoio tanto para os indivíduos afetados quanto para seus cuidadores, a fim de promover uma gestão eficaz e uma qualidade de vida satisfatória.

A convergência desses fatores pode contribuir para o aumento do nível de estresse, agravando o risco potencial de distúrbios de humor, tanto no paciente quanto no cuidador (ROCTOR KB, et al., 2022). Dessa forma, a promoção da autoconfiança dos pais, por meio da disseminação de informações verídicas, claras e confiáveis, emerge como uma estratégia eficaz para capacitá-los a lidar com situações específicas. Isso se configura como um caminho potencial para aprimorar a qualidade de vida e reduzir os níveis de ansiedade (SUGUNASINGHA N, et al., 2022).

No contexto atual, evidências reiteradas apontam para um aumento progressivo nas alergias alimentares, o que assume contornos preocupantes. De maneira lamentável, ainda não existem tratamentos de eficácia comprovada para a cura das alergias alimentares, resultando frequentemente em reações adversas graves, como a anafilaxia em crianças. Portanto, tanto as crianças quanto seus cuidadores são suscetíveis a níveis de estresse e ansiedade que frequentemente ultrapassam os patamares médios da população em geral (LEE S, 2023). Nesse contexto desafiador, o suporte emocional e a educação contínua desempenham papéis cruciais na mitigação dos impactos psicológicos, proporcionando recursos necessários para as famílias, visto que é necessário enfrentar os desafios inerentes à gestão da alergia alimentar (CÂNDIDO FG, et al., 2021). Diante desse cenário complexo, o propósito primordial deste artigo de revisão integrativa é conduzir uma análise abrangente do impacto psicossocial e emocional das alergias alimentares em crianças. Desejamos,

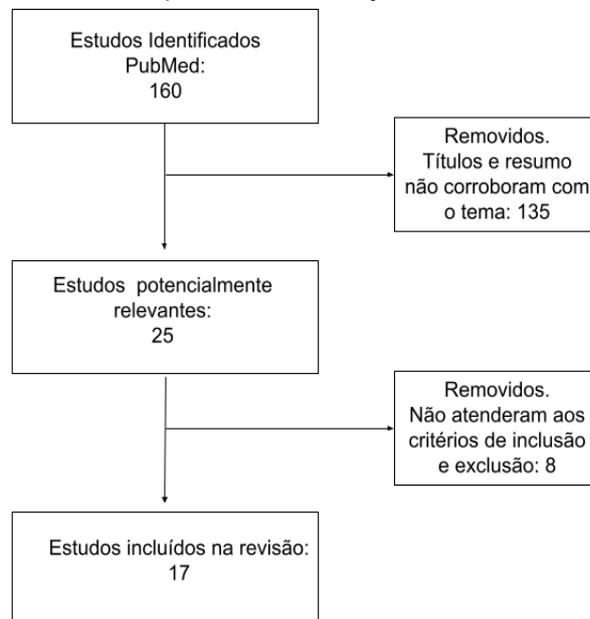
por meio desta revisão crítica, sintetizar as evidências científicas disponíveis, buscando compreender em que medida as alergias alimentares podem afetar o bem-estar psicológico, a qualidade de vida, as interações sociais e o estado emocional das crianças afetadas, a fim de direcionar abordagens terapêuticas e intervenções.

## MÉTODOS

Trata-se de uma revisão bibliográfica do tipo narrativa desenvolvida de acordo com os critérios da estratégia PVO, sigla que representa: população ou problema da pesquisa, variáveis e desfecho. Foi utilizada para a elaboração da pesquisa a seguinte questão norteadora: 'Qual é o impacto psicossocial e emocional das alergias alimentares em crianças?'. Nesse sentido, de acordo com os parâmetros mencionados acima, a população ou o problema desta pesquisa refere-se a crianças com alergias alimentares e o impacto psicossocial e emocional que elas enfrentam. A análise foca em como as alergias alimentares podem afetar o bem-estar psicológico, a qualidade de vida, as interações sociais e o estado emocional das crianças afetadas. As buscas foram realizadas por meio da pesquisa na base de dados do PubMed Central (PMC). Foram utilizados os descritores em combinação com o termo booleano 'AND': 'Food Hypersensitivity', 'Child', 'Emotional Health', 'Quality of Life' e 'Psychosocial Impact'. Dessa busca, foram encontrados 160 artigos, os quais foram posteriormente submetidos aos critérios de seleção como mostrado na **Figura 1**.

Os critérios de inclusão adotados foram: artigos no idioma inglês; publicados no período de 2020 a 2023; e que abordassem as temáticas propostas para esta pesquisa, incluindo estudos do tipo resumo de literatura integrativa e revisão de literatura sistemática, disponibilizados na íntegra. Já os critérios de exclusão compreenderam artigos duplicados, aqueles disponibilizados apenas na forma de resumo, que não tratavam diretamente da proposta estudada e que não atendiam aos demais critérios de inclusão. Um total de 17 artigos foram selecionados para compor o presente estudo.

**Figura 1** – Fluxograma textual do processo de seleção dos estudos de forma sequencial.



Fonte: Couto CB, et al., 2024.

## RESULTADOS

Após a associação dos descritores utilizados na base pesquisada, foram identificados 160 artigos no banco de dados após a aplicação das estratégias de pesquisa. Após a aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, foram selecionados 25 artigos, sendo removidos 8 deles. Isso totalizou 15 artigos para análise completa. Os resultados foram apresentados no **Quadro 1** e de maneira descritiva.

**Quadro 1 – Síntese dos principais achados sobre determinado tema.**

Revista	Autores (Ano)	Principais achados
Clinical & Experimental Allergy	ACASTER S, et al. (2020)	Pesquisa transversal. Os cuidadores relatam que as crianças com PA experimentam níveis elevados de carga psicossocial, particularmente aqueles com AF mais grave e uma histórico de reação.
Clinical & Experimental Allergy	HOFNER V, et al. (2023)	Estudo observacional transversal. O estudo transversal fornece uma visão instantânea da relação entre anafilaxia alimentar e veneno, qualidade de vida e possíveis fatores influenciadores.
Annals of Allergy, Asthma Immunol	PATEL GB, et al. (2021)	Coorte retrospectivo. Permitiu uma avaliação mais abrangente das tendências e desenvolvimento da qualidade de vida ao longo do tempo em relação ao início da alergia alimentar.
Allergy	DUNNGALVIN A, et al. (2020)	Estudo de levantamento transversal. A maioria dos inquiridos referiu restrições ao estilo de vida no que diz respeito à alimentação e domínios adicionais, incluindo festas e socialização, atividades e destinos de férias e utilização de transportes públicos. Cerca de 40% classificaram-se como "muito" frustrados e "muito" stressados. Dois terços (65%) sentiam-se socialmente isolados; 43% eram vítimas de bullying.
Medicine (Baltimore)	CHEON J, et al. (2022)	Revisão sistemática. Evidenciou a falta de intervenções educativas para crianças com alergias alimentares e para os seus pais. A intervenção educativa, uma intervenção essencial, pode maximizar o tratamento médico e melhorar a qualidade de vida em geral. Por conseguinte, estas intervenções devem ser ativamente desenvolvidas e aplicadas no futuro.
J allergy clin immunol pract.	HERBERT L, et al. (2021)	Revisão de sessões clínicas. O uso de tratamento cognitivo-comportamental baseado em evidências para transtornos de ansiedade, com modificações para os aspectos únicos da FA e do funcionamento psicossocial pode ser associado.
Ann Allergy Asthma Immunol	MILLER J, et al. (2020)	Coorte retrospectivo. Os adolescentes com alergia alimentar são mais afetados do que as crianças mais novas (com base no relato dos pais) em termos de em termos de QdV, com um reflexo direto em todas as áreas da sua vida diária (emocional, alimentar e social). Além disso, as limitações nas atividades familiares devido à alergia alimentar da criança pioram significativamente a QdV e o bem-estar de todos os membros da família.
Pediatr Allergy Immunol	STOCKHAMMER D, et al. (2022)	Estudo exploratório e observacional. Para crianças menores de 8 anos, havia uma forte associação entre isso e "sentir-se diferente dos amigos".
OXFORD	RAMOS A, et al. (2021)	Estudo de intervenção piloto. Os mentorados relataram alta aceitabilidade para a intervenção na avaliação do programa e entrevistas, notando melhorias em seu Social Apoio, estresse relacionado à AF, confiança na gestão da AF e mudanças positivas nos comportamentos dos pais da AF.
AAIR	KIM S, et al. (2023)	Estudo de validação e análise de fatores de risco. De acordo com a percepção dos pais, o K-FAQLQ-PF é um instrumento válido e confiável ferramenta para avaliar a qualidade de vida psicossocial em crianças coreanas com AFs. Idade, sexo, área residencial e A DA comórbida pode afetar a qualidade de vida de pacientes pediátricos com AF.
JKMS	JUNG M, et al. (2023)	Estudo observacional transversal. FAQL-PB é uma ferramenta confiável e válida para uso na Coreia. Anafilaxia, CM ou alergias à soja, mais sintomas de ansiedade e depressão e menor resiliência são associado a pior qualidade de vida em pais de crianças com AFs.
HHS	THOMAS J, et al. (2020)	Estudo de viabilidade, aceitabilidade e prova de conceito. Os resultados foram discutidos no estudo, destacando a viabilidade da aplicação da terapia CBT-AR em crianças e adolescentes, a aceitação por parte dos participantes e os resultados preliminares da eficácia da intervenção.
Ann Allergy Asthma Immunol	MARSAC M, et al. (2021)	Estudo prospectivo. Aumentar a consciencialização sobre a relação entre as alergias alimentares, os desafios associados à gestão das alergias alimentares e a saúde emocional tem o potencial de melhorar a gestão da alergia alimentar e a saúde geral das crianças.
J Pediatr	MENDONÇA R, et al. (2020)	Estudo de avaliação das propriedades de medida de questionários de qualidade de vida em alergia alimentar. Contribui para a validação e adaptação dos questionários de qualidade de vida relacionados à alergia alimentar para a população brasileira, o que é crucial para uma avaliação precisa das experiências desses indivíduos e suas famílias.

Fonte: Couto CB, et al., 2024.

## DISCUSSÃO

### Aspectos Psicológicos das alergias alimentares em crianças

Conforme destacado no estudo conduzido por Stockhammer D, et al. (2022), constata-se que o discernimento inerente às crianças quanto aos efeitos sociopsicológicos decorrentes de sua condição como portadoras de alergias alimentares é digno de atenção. Emerge, com clareza, a habilidade infantil de acolher a manifestação de estados ansiosos em seus progenitores, fenômeno este intimamente vinculado à autopercepção dos infantes. Nessa esfera, a normalização das atitudes e apreensões dos responsáveis assume um papel preponderante. A pesquisa, ademais, sublinha que a exegese de maior impacto para os pacientes mirins repousa na necessidade de abstenção de determinados alimentos, característica alheia a faixas etárias distintas, delineando, assim, um elemento homogêneo de adversidade. Essa premissa emerge independente da escala etária e demarca um desafio constante na trajetória destes indivíduos em seu contexto alimentar.

No contexto da avaliação do questionário FAQL-PB (*Food Allergy Quality of Life-Parental Burden*) no cenário coreano, os achados reiteram a correlação linear entre a expressiva aflição parental, o sofrimento psíquico, abrangendo sintomas ansiosos e depressivos, e a emergência de episódios anafiláticos. Nesse escopo, destaca-se a necessidade intrínseca de estratégias que capacitem a identificação desses padrões comportamentais por parte dos cuidadores, ao mesmo tempo em que preconizam a implementação de intervenções psicossociais e recursos voltados à otimização da qualidade de vida da coorte pediátrica afetada (JUNG M, et al., 2023).

Esse entendimento mais aprofundado dos fatores que influenciam a qualidade de vida e o ônus parental em contextos específicos, como o coreano, proporciona insights valiosos para o desenvolvimento de abordagens mais personalizadas e eficazes no manejo da alergia alimentar em crianças. A integração de estratégias psicossociais pode desempenhar um papel fundamental na melhoria do bem-estar emocional tanto dos pais quanto dos pequenos afetados, contribuindo para um cuidado mais abrangente e holístico (JUNG M, et al., 2023).

O impacto no enfrentamento da condição alérgica emerge a evidência de que o estado ansioso intrínseco aos cuidadores está correlacionado à severidade da alergia alimentar, atingindo seu apogeu nos cenários de maior gravidade. Essa relação demonstra-se mais proeminente em crianças que atingiram estágios mais avançados do ciclo vital. Vale ressaltar que progenitores masculinos reportaram níveis elevados de sobrecarga, comparativamente às suas contrapartes femininas (ACASTER S, et al., 2020). Essas descobertas fornecem uma visão mais abrangente das dinâmicas familiares relacionadas à alergia alimentar, destacando a complexidade das interações entre o estado emocional dos cuidadores, a gravidade da condição alérgica e as diferenças de gênero na percepção do ônus parental. Tais insights são cruciais para orientar estratégias de intervenção mais direcionadas e inclusivas, visando não apenas ao bem-estar das crianças afetadas, mas também à saúde mental e emocional dos pais envolvidos no cuidado.

A alergia ao amendoim constitui um achado de alta frequência dentro da população, e as apreensões associadas às suas ramificações impactam inúmeras crianças e seus respectivos cuidadores, em destaque para os desdobramentos psicossociais que ecoam em suas vidas. Nesse contexto, o estudo europeu de DUNNGALVIN A, et al. (2020) surge com a finalidade de abordar e quantificar as dimensões emocionais e sociais que permeiam a vivência desses sujeitos, valendo-se de abordagens voltadas à qualidade de vida, sensações de ansiedade, bem como desafios sociais vinculados ao âmbito alimentar. Em um agrupamento de 1.846 indivíduos entrevistados, a preponderância (84-93%) reportou uma limitação no estilo de vida, sintoma dessa restrição nutricional, sendo notório que cerca de 40% classificaram suas vivências como "muito" frustrantes e estressantes, 65% manifestaram-se socialmente isolados, enquanto 43% relataram terem sido alvo de situações de bullying.

No que concerne à ansiedade, um fator de proeminência no âmbito desta pesquisa, revela-se que 36% dos entrevistados compartilharam experiências de inquietação, ao passo que 30% evidenciaram episódios frequentes de tensão. Além disso, subjaz a apreensão inerente à contaminação e ao risco de exposição ao

amendoim em espaços públicos, tais como escolas, faculdades e universidades (71%), gerando uma maior complexidade no desenrolar de interações sociais serenas e isentas de fatores geradores de estresse. Os achados do estudo culminam em uma ressonância de que a alergia alimentar ao amendoim transcende a mera restrição de um cardápio, tangenciando o domínio das atividades sociais, acarretando isolamento, oscilação e insatisfação. Emerge, igualmente, a substancialidade da divulgação de informações concernentes ao tema, direcionadas tanto a indivíduos alérgicos quanto ao público em geral, objetivando a edificação de uma convivência harmoniosa com essa e outras alergias alimentares (DUNNGALVIN A, et al., 2020).

Os pesquisadores Marsac ML e Wurth MA (2021) conferem uma ênfase adicional à relevância das ramificações e consequências das alergias alimentares no contexto do desenvolvimento infantil, sobressaindo a possibilidade de desgaste na qualidade de vida e a eclosão de sintomatologias como ansiedade, depressão e stress pós-traumático, além da propensão a relatos de situações de bullying. A vigilância exacerbada voltada à ingestão de alimentos culmina na adoção de estratégias de evasão de ambientes sociais, alimentada pelo receio de exposição ao alérgeno. Nesse contexto, observa-se a tendência de pais optarem pelo ensino em ambiente domiciliar, como uma medida de elidir o risco potencial. Algumas crianças ainda relatam a recusa de portar consigo o autoinjeter de epinefrina, movidas pela apreensão de reações adversas por parte de seus pares, configurando uma ameaça substantiva à saúde em casos de contato inadvertido.

### **Qualidade de vida e Bem estar emocional**

A qualidade de vida relacionada à saúde pode ser conceituada como a percepção individual das implicações de uma enfermidade e seu tratamento, devendo abranger considerações de ordem social, psicológica e física (MENDONÇA RB, et al., 2020).

A presença de alergias alimentares e os potenciais episódios de acidentes alérgicos podem instigar um sentimento de receio nos pacientes, levando-os a evitar lugares públicos, como escolas e parques, e a restringir atividades sociais, incluindo jantares fora de casa, como estratégia para minimizar a exposição a alérgenos (KIM S, et al., 2023). Essa dinâmica concorre para significativos impactos na qualidade de vida, tanto dos pacientes quanto de seus núcleos familiares.

Tanto familiares quanto crianças afetadas por alergias alimentares frequentemente manifestam níveis elevados de ansiedade. É relevante enfatizar que a intensidade da ansiedade e o receio de reações alérgicas graves são inversamente proporcionais à qualidade de vida, com potencial para desencadear perturbações significativas nas facetas mentais e físicas. Nesse contexto, é essencial que cuidadores e crianças busquem um equilíbrio, conciliando precaução contra exposições acidentais com a promoção do convívio social (HOFNER V, et al., 2023). Encontrar essa harmonia pode contribuir significativamente para a melhoria da qualidade de vida e o bem-estar global de quem lida com alergias alimentares.

É sabido que crianças portadoras de alergias alimentares enfrentam um risco ampliado de manifestações graves, o que frequentemente se traduz em limitações nas interações sociais, culminando em elevados níveis de ansiedade na rotina. Por conseguinte, esses indivíduos são compelidos a evitar situações de alimentação fora de seu ambiente habitual, bem como durante viagens, uma vez que as informações contidas nos rótulos dos produtos frequentemente apresentam ambiguidades, suscitando riscos de exposições inadvertidas e, por conseguinte, reações alérgicas severas (MILLER J, et al., 2020).

Investigações têm apontado que adolescentes apresentam qualidade de vida inferior em comparação a crianças de faixas etárias mais jovens, fato este que inflige impactos negativos em diversos aspectos do cotidiano, abarcando esferas emocionais e sociais (MILLER J, et al., 2020; PATEL GB, et al., 2021).

Além disso, é imperativo que cuidadores e familiares se submetam a um processo de educação em saúde, dotando-se de habilidades para gerenciar as alergias. Ademais, empreender práticas alimentares adequadas, evitando exposições aos alérgenos, reverbera no bem-estar de todos os membros da unidade familiar (MILLER J, et al., 2020). Esse comprometimento educativo não só fortalece a segurança da criança alérgica, mas também contribui para o suporte emocional e a qualidade de vida geral da família.

## Estratégias de enfrentamento e intervenções psicossociais

É inquestionável que pacientes acometidos por alergias alimentares, juntamente com seus respectivos cuidadores, se deparam com desafios abarcando ansiedade devido à possibilidade de exposição a alérgenos, inseguranças e outras vicissitudes emocionais. Estes fatores se traduzem em um impacto adverso na qualidade de vida dessa demografia. Nota-se que mudanças comportamentais e a manifestação de preocupações excessivas podem ser consideradas como "sinais de alerta", denotando potenciais ramificações negativas a longo prazo (HERBERT L, et al., 2021; MARSAC ML e WURTH MA, 2021).

No escopo de avaliar o impacto de estratégias socioeducativas voltadas à melhoria da qualidade de vida em pacientes pediátricos portadores de alergia alimentar e seus familiares, uma revisão sistemática foi conduzida para avaliar a aplicabilidade de diversas intervenções. Entre elas estão a oferta de manuais educativos, terapia cognitivo-comportamental (TCC), consultoria, programas orientativos, práticas de apoio e orientação aos pais (CHEON J, et al., 2022). Essas abordagens visam não apenas mitigar as dificuldades imediatas relacionadas à alergia alimentar, mas também promover estratégias de enfrentamento e suporte emocional a longo prazo, contribuindo para uma melhoria substancial na qualidade de vida de pacientes e cuidadores.

De acordo com Cheon J, et al. (2022), dentre as abordagens analisadas, aquelas que apresentaram maior impacto foram o fornecimento de manuais educativos e o suporte emocional. Os manuais contemplavam orientações para evitar alérgenos, identificação de sintomas e medidas de emergência, além de estratégias para enfrentar desafios socioemocionais associados. O suporte emocional desempenhou um papel crucial na redução da ansiedade, medo e depressão, promovendo a positividade, a recuperação e um prognóstico mais favorável. No entanto, ao término da revisão, constatou-se que a quantidade e qualidade dos artigos avaliados não eram suficientes para embasar recomendações sólidas para ações futuras. Isso demanda maior aplicação das intervenções estudadas e a utilização de estudos metodologicamente mais robustos, que melhor evidenciem os benefícios dessas estratégias. Em meio às lacunas identificadas, destaca-se a necessidade de uma abordagem mais holística e personalizada ao desenvolver intervenções socioeducativas para pacientes pediátricos com alergia alimentar e seus familiares. A continuidade das pesquisas e a implementação de estudos mais rigorosos não apenas aprimorarão a compreensão do impacto dessas estratégias, mas também contribuirão para a construção de diretrizes mais eficazes e adaptadas às necessidades específicas dessa população.

Dada a prevalente queixa de despreparo por parte dos pais para lidar com as complicações sociais e o manejo das alergias alimentares em seus filhos, aliada à dificuldade de enfrentar as ramificações emocionais inerentes a essa condição, têm sido exploradas estratégias de aconselhamento direcionadas aos pais, realizadas concomitantemente às consultas clínicas. A intervenção por meio de tutoria é orientada por três modalidades de apoio: emocional, fundamentado em escuta ativa; afirmativo, visando encorajamento; e prático/informativo. A eficácia dessa intervenção foi avaliada por meio de questionários, com os pais participantes demonstrando que a orientação foi relevante e gerou um impacto substancial na qualidade de vida e na capacitação para o manejo da patologia (RAMOS A, et al., 2021).

Nesse contexto, a atuação do psicólogo pediátrico surge como elemento essencial na equipe multidisciplinar responsável pelo planejamento terapêutico destinado a esses pacientes e suas famílias. Nesse âmbito, a promoção de serviços psicológicos, como TCC, estratégias de enfrentamento médico e entrevistas motivacionais, pode trazer benefícios significativos, culminando na melhoria da saúde e do bem-estar mental. Um exemplo ilustrativo é a aplicação da psicoeducação, que ensina habilidades de resolução de problemas e mecanismos de enfrentamento da doença, fundamentados em uma abordagem empática e de apoio. Uma combinação de diversas intervenções constitui uma abordagem mais eficaz, devendo ser adaptada de forma específica a cada paciente, conforme suas necessidades pessoais, familiares, escolares e sociais (HERBERT L, et al., 2021). Em um estudo conduzido por Thomas J, et al. (2020), a TCC foi empregada como abordagem terapêutica para o transtorno alimentar evitativo/restritivo. Este método foi aplicado a um grupo de indivíduos com idades entre 10 e 17 anos, tanto em configurações familiares quanto individuais, consistindo em 20 a 30 sessões distribuídas em quatro estágios, realizadas semanalmente e com

duração variável. A TCC revelou-se uma ferramenta eficaz na abordagem do transtorno alimentar evitativo/restritivo, proporcionando uma estrutura terapêutica sistemática para enfrentar os desafios associados à alimentação. A aplicação tanto em configurações familiares quanto individuais destaca a versatilidade dessa abordagem, adaptando-se às necessidades específicas de cada paciente. A consistência e a periodicidade das sessões contribuem para a construção de uma base sólida ao longo do tratamento, permitindo uma abordagem mais abrangente e sustentável.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

A alergia alimentar infantil é uma condição que frequentemente se manifesta com desafios nas interações sociais. Compreender o impacto que essa condição tem na vida de milhares de crianças e adolescentes é crucial. Muitas pesquisas têm sido conduzidas para avaliar as dimensões emocionais e sociais que afetam a experiência desses indivíduos. Torna-se cada vez mais evidente que crianças com alergias alimentares e seus cuidadores enfrentam desafios diários, muitas vezes com pouca assistência emocional. Portanto, é de extrema importância desenvolver novas estratégias de apoio e preparação para esses indivíduos e suas famílias desde o momento do diagnóstico, visando aprimorar sua qualidade de vida e bem-estar emocional.

## REFERÊNCIAS

1. ACASTER S, et al. Peanut allergy impact on productivity and quality of life (PAPRIQUA): caregiver-reported psychosocial impact of peanut allergy on children. *Clinical & Experimental Allergy*, 2020; 50(11): 1249-125.
2. CÂNDIDO FG, et al. Breastfeeding versus free distribution of infant formulas by the Public Health System. *Einstein*, 2021; 19: eAO6451.
3. CHEON J, et al. Effectiveness of educational interventions for quality of life of parents and children with food allergy: A systematic review. *Medicine (Baltimore)*, 2022; 101(36): e30404.
4. DUNLOP JH, KEET CA. Epidemiology of Food Allergy. *Immunol Allergy Clin North Am*, 2018; 38(1): 13-25.
5. DUNNGALVIN A, et al. APPEAL-1: a multiple-country European survey assessing the psychosocial impact of peanut allergy. *Allergy*, 2020; 75(11): 2899-2908.
6. HERBERT L, et al. Psychotherapeutic Treatment for Psychosocial Concerns Related to Food Allergy: Current Treatment Approaches and Unmet Needs. *J ALLERGY CLIN IMMUNOL PRACT*, 2021; 9(1): 101-108.
7. HOFNER V, et al. Health-related quality of life in food and venom induced anaphylaxis and role of influencing factors. *Clin Exp Allergy*, 2023; 53: 295-306.
8. JUNG M, et al. Psychological Distress and Perceived Burden in Parents of Korean Children With IgE-Mediated Food Allergy. *J Korean Med Sci*, 2023; 38(27): e208.
9. KIM S, et al. Quality of Life in Food Allergy: Validation of the Korean Version of the Food Allergy Quality of Life Questionnaire Parent Form (K-FAQLQ-PF) and Risk Factor Analysis. *Allergy Asthma Immunol Res.*, 2023; 15(1): 43-54.
10. LEE S. Assessment of Quality of Life in Food Allergy. *Allergy Asthma Immunol Res.*, 2023; 15(1): 4-7.
11. MARSAC ML, WURTH MA. Opportunities to support emotional health in school-age children with food allergy. *Ann Allergy Asthma Immunol*, 2021; 126(6): 728-729.
12. MENDOÇA RB. Evaluation of the measurement properties of the Brazilian version of two quality-of-life questionnaires in food allergy - for children and their parents. *J Pediatr (Rio J)*, 2020; 96(5): 600-606.
13. MILLER J, et al. Quality of life in food allergic children: Results from 174 quality-of-life patient questionnaires. *Ann Allergy Asthma Immunol*, 2020; 124(4): 379-384.
14. PATEL GB, et al. Quality of life is lower in adults labeled with childhood-onset food allergy than in those with adult-onset food allergy. *Ann Allergy Asthma Immunol*, 2021; 127(1): 70-75.e2.
15. RAMOS A, et al. The Food Allergy Parent Mentoring Program: A Pilot Intervention. *J Pediatr Psychol*, 2021; 46(7): 856-865.
16. ROCTOR KB, et al. A systematic review of parent report measures assessing the psychosocial impact of food allergy on patients and families. *Allergy*, 2022; 77(5): 1347-1359.
17. STOCKHAMMER D, et al. Living with food allergy: What this means for children. *J Child Health Care*, 2022; 26(2): 262-274.
18. SUGUNASINGHA N, et al. Evaluating an online self-help intervention for parents of children with food allergies. *Pediatr Allergy Immunol*, 2022; 33(2): e13731.
19. THOMAS J, et al. Cognitive-behavioral therapy for avoidant/restrictive food intake disorder (CBT-AR); Feasibility, acceptability, and proof-of-concept for children and adolescents. *Int J Eat Disord*, 2020; 53(10): 1636-1646.
20. TOMEI L, et al. Hidden and Rare Food Allergens in Pediatric Age. *Nutrients*, 2023; 15(6): 1386-1400.