

Primavera para uns Alergia para outros

A primavera...

Quando chega a primavera os dias brilham de forma diferente. Terminaram os dias cinzentos e o frio, a paisagem ganha cores mais animadas.

Para alguns, no entanto, esta estação marca o início de um calvário devido a uma série de sintomas que se repetem ano após ano, com as chamadas doenças da época: “as alergias”.

Atingem cada vez mais pessoas de todas as idades, e por isso, conhecer alguém e/ou conviver com este tipo de doença é habitual.

A doença alérgica que mais se identifica com o início da primavera é sem dúvida a **rinite alérgica**, com sintomas como: espirros frequentes ou em salva; comichão no nariz, garganta, céu da boca e/ou ouvidos; nariz obstruído e aumento da produção de secreção nasal. Não raras vezes, associa-se a conjuntivite alérgica (olhos vermelhos, lacrimejo fácil e comichão) e também a asma sintomática (tosse, sensação de falta de ar, opressão no peito).

A **rinite alérgica** é muitas vezes subvalorizada pelos próprios doentes. Evolui de forma insidiosa até que a intensidade e persistência dos sintomas interfiram na qualidade de vida e provoquem quebras de produtividade escolar e/ou laboral.

Em doentes **alérgicos a pólenes**, esta época torna-se mais problemática..., pois a cada exposição da mucosa respiratória aos agentes que provocam alergia (aos pólenes que circulam no ar), o organismo responde (...de forma exagerada) exibindo os sintomas característicos da doença.

Quando há suspeita de uma alergia respiratória, o indivíduo deve procurar opinião de um especialista, pois são múltiplos os estudos que evidenciam que a **rinite alérgica** não controlada pode conduzir a complicações que vão desde a sinusite à asma, passando pela otite média, por anomalias na implantação dos dentes e por perturbações do sono.

O tratamento só é possível e eficaz após um diagnóstico bem estabelecido.

Para que seja confirmado o diagnóstico é essencial a caracterização dos sintomas, a identificação de fatores desencadeantes ou de agravamento (exemplo: exposição a alergenos, exposição a agentes poluentes), estudo de sensibilização cutânea a alergenos, através da realização de testes cutâneos, comumente conhecidos como “testes das alergias” e estudo analítico se se justificar.

Idealmente, a parte mais importante do tratamento corresponde à

evicção de exposição aos alergenos, o que na maioria das situações não é possível, sobretudo quando falamos da **primavera** e das **doenças alérgicas** a ela frequentemente associadas, pois como é facilmente entendível quem tem alergia a pólenes necessita manter a sua rotina diária (laboral, escolar e lúdica).

Nos nossos dias, existem medicamentos seguros e eficazes que não interferem no sono, não alteram o apetite e dominam os sintomas da doença alérgica.

Existem, também, vacinas anti-alérgicas que podem modificar o curso das alergias podendo mesmo levar à sua cura.



CV – SUSANA OLIVEIRA

- Membro do Corpo Clínico do Madeira Medical Center
- Licenciada em Medicina pela Faculdade de Ciências Médicas de Lisboa (1991 -1997)
- Especialista em Imunoalergologia pela Ordem dos Médicos
- Membro da Sociedade Portuguesa de Imunologia e Alergologia Clínica (SPAIC)
- Membro da Academia Europeia de Alergologia e Imunologia Clínica (EAACI)

In “Diário de Notícias”