

## Rinite alérgica

### Causas

A doença deve-se a uma reacção alérgica que apenas afecta as pessoas sensíveis, ou seja, com uma certa pré-disposição para esta alteração por razões de índole genética. Nestes indivíduos, perante a inalação de determinadas substâncias que para a população em geral são inofensivas, normalmente denominadas "alergénios", o sistema imunitário responde com a produção de anticorpos que actuam sobre as células, denominadas mastócitos, provocando a libertação de substâncias que desencadeiam uma reacção inflamatória, sobretudo histamina. Na verdade, trata-se de uma resposta imunitária anómala semelhante a de todas as patologias de tipo alérgico - o que varia é o sector do organismo onde a reacção inflamatória desencadeada. Na rinite alérgica, a reacção ocorre na mucosa nasal, o que provoca a sua tumefacção, com uma dilatação e um aumento da permeabilidade dos vasos sanguíneos subjacentes, o que acaba por determinar uma abundante secreção de líquido de aspecto claro e transparente. Além disso, regra geral, também se produz uma inflamação das pálpebras e da conjuntiva, o que explica as manifestações a nível ocular que, muitas vezes, acompanham a rinite.

### Tipos e manifestações

Os alergénios que podem provocar uma rinite alérgica são muito variados: são essencialmente pólen de plantas, mofo, pêlos e penas de animais, pó doméstico... Todavia, embora desencadeiem uma reacção alérgica idêntica, nem todos produzem o mesmo efeito em todas as pessoas, pois cada indivíduo pode ser sensível a um em concreto ou apenas a alguns, enquanto que os restantes não provocam qualquer manifestação. Além disso, o problema nem sempre tem a mesma evolução, pois depende da natureza dos alergénios responsáveis. Por isso, é possível distinguir basicamente dois tipos de rinite alérgica:

- **Rinite alérgica sazonal ou periódica.** Os alergénios que desencadeiam a reacção alérgica são pólen de gramíneas, plantas herbáceas e árvores. Existem muitas variedades de plantas que podem provocar o problema, mas cada pessoa pode ser sensível a um pólen em concreto ou a vários. De facto, a alteração costuma produzir-se ao longo da época de libertação de pólen das plantas implicadas, especialmente na Primavera, quando muitas árvores libertam pólen, no princípio do Verão, quando as ervas o fazem, ou no Outono, época em que as plantas barrilheiras libertam o seu pólen. Depois do alergénio ser inalado, o primeiro sintoma corresponde a uma sensação de ardor no nariz e, por vezes, também no palato e na garganta. Em seguida, produzem-se espirros, normalmente repetidos, em forma de salvas. Em alguns casos, é comum apresentar-se uma congestão nasal acompanhada de rinorreia, uma abundante secreção nasal de líquido claro e transparente. Por vezes, a tumefacção da mucosa nasal é tão intensa que provoca uma grande dificuldade respiratória, mais intensa caso exista uma predisposição asmática e uma inflamação nos brônquios. Além disso, em muitas ocasiões, estes sintomas são acompanhados por patologias a nível ocular, com ardor, vermelhidão dos olhos e lacrimejo.

Os sintomas são mais intensos nos dias em que a concentração do alergénio responsável no ar é mais elevada, sobretudo se o tempo estiver ventoso, podendo ser acompanhados por

manifestações gerais: dor de cabeça, perda de apetite, nervosismo e insónias. Dependendo também da sensibilidade de cada indivíduo, os sintomas podem variar desde um ligeiro incómodo, caracterizado essencialmente por espirros incontrolláveis, rinorreia e ardor ocular, até uma grande prostração. No entanto, os sintomas diminuem quando, por razões meteorológicas (chuva, direcção do vento) e consequentemente a medida que passa o período de libertação de pólen, a concentração de pólen é menor acabando por desaparecer por completo quando o período de libertação termina.

- Rinite alérgica crónica ou perene. Neste caso, os alérgenos implicados podem estar presentes no ambiente que se respira durante todo o ano, o que torna o problema crónico, sendo por vezes atenuado ou aumentado de acordo com a sua concentração no ar. Na maioria dos casos, o agente responsável é o pó doméstico, nomeadamente algumas das suas múltiplas partículas: escamas cutâneas, ácaros, restos de pêlos ou penas de animais, fibras sintéticas, determinados minerais, etc. Em alguns casos, os agentes responsáveis são os ácaros, minúsculos aracnídeos dos quais existem várias variedades no pó doméstico, que flutuam no ar; noutras situações, o problema ocorre quando se inalam partículas provenientes de algum animal em concreto (gatos).

Os sinais e sintomas aparecem ou acentuam-se quando se realizam actividades em que se levanta pó, sobretudo durante a limpeza doméstica, quando não se utiliza um aspirador. Localizam-se em especial no nariz, com o típico ardor, espirros repetidos e rinorreia; também é possível, frequentemente, observar a manifestação de alguns sintomas nos olhos.

## Tratamento

O tratamento compreende vários procedimentos. Em primeiro Lugar, preciso identificar, através de exames cutâneos, o alérgeno responsável e tomar as medidas adequadas para reduzir o mais possível a exposição ao mesmo.

Em caso de crise aguda, é muito útil a administração de anti-histamínicos, medicamentos que inibem os efeitos do mediador químico que desencadeia o processo inflamatório. Os medicamentos vasoconstritores aplicados directamente no nariz em gotas ou aerossol são muito eficazes para reduzir a congestão nasal, embora a sua utilização se deva restringir a poucos dias - caso contrário, podem tornar-se contraproducente. Nos casos graves, podem ser utilizados, segundo prescrição médica, localmente ou por via oral potentes anti-inflamatórios (como os corticóides), apesar de a sua administração prolongada poder provocar inúmeros inconvenientes. Existem alguns medicamentos que podem ser utilizados para prevenir os ataques durante a época de libertação do pólen da planta responsável, pois fixam-se nos mastócitos e impendem a libertação de histamina. Para que sejam eficazes, estes fármacos devem ser tomados regularmente durante o período crítico. Por último, para tentar acabar com a alergia, pode-se recorrer a um tratamento de hipossensibilização, ou imunoterapia, com a administração de vacinas. A terapêutica consiste em injectar repetidamente debaixo da pele pequenas doses do alérgeno responsável, previamente identificado, em quantidades crescentes. Através desta medida, o sistema imunitário começa a fabricar anticorpos específicos contra o alérgeno, diferentes dos que provocam a reacção alérgica; quando a substância entra em contacto com o organismo, os novos anticorpos neutralizam-no antes que se desencadeie a reacção inflamatória.