

Alergia ocular se agrava no outono.

Prof. Dr. Paulo Augusto de Arruda Mello

O que são alergias?

Alergia é uma resposta imunológica exagerada, que se desenvolve após a exposição a um estímulo externo comum no ambiente (alérgeno), como: metal, couro, esmalte, corantes, pó, poeira, ácaros, pólen, mofo, pelos de animais (gatos e cães), etc... As substâncias podem ser inaladas, ingeridas, injetadas ou colocadas em contato com a pele. Alimentos e medicamentos também podem desencadear alergia.

O cigarro, a poluição, as tintas, solventes, produtos de limpeza, perfume, etc. também podem contribuir para quadro alérgico.

É genético?

Algumas alergias tem forte componente genético, como a asma e a febre do feno. Mas, quando ambos os pais são alérgicos, há maior chance de você desenvolver alergia.

Pode-se pegar alergia dos colegas de trabalho que são alérgicos?

Não, a alergia não se “pega” como uma conjuntivite, ela é causada por uma resposta exagerada do sistema imunológico.

Quais são os sintomas mais frequentes?

Os sintomas mais frequentes são: espirros, coceiras nos olhos, nariz e na pele, olhos vermelhos, lacrimejamento, aumento da secreção ocular matinal, fotofobia, nariz entupido, coriza, tosse.

A alergia atinge a:

- a) pele – coceiras intensas e lesões. Nariz
- b) nariz- chamada de rinite alérgica, a alergia atinge a mucosa do nariz.
- c) vias respiratórias- asma, bronquite alérgica.
- d) olhos- conjuntivite alérgica.

A conjuntivite alérgica provoca muita coceira nos olhos, vermelhidão, lacrimejamento, sensação de areia e secreção mucosa. O tratamento é feito com colírio antialérgico por tempo prolongado e deve ser orientado a nunca coçar os olhos.

OBSERVAÇÃO: Nunca devemos coçar os olhos. Isso poderá promover severos danos à sua córnea a médio e longo prazo

Porque piora no mês de outono?

No mês de outono, há maior desenvolvimento de fungos, decorrentes das folhas que caem e ficam no chão. E por causa dos ambientes menos ventilados há maior quantidade de mofo e pó em casa, acumulando ácaros, agentes microscópicos que vivem no pó doméstico e que são agentes desencadeantes de reações alérgicas.

O que fazer para diminuir os quadros alérgicos?

- evitar ambientes onde exista fumaça de cigarro
- lavar cobertores e casacos de lã
- colocar lençol, mantas, travesseiros no Sol
- evitar tapetes, cortinas e bichos de pelúcia no quarto
- piso de madeira ou cerâmica são mais indicados que carpete.
- deixar a casa sempre limpa e arejada. Aspirar a poeira semanalmente (usar sacos duplos no aspirador)
- colocar plantas fora de casa
- deixar animais de estimação no quintal
- usar esterilizadores de ar e acaricidas (que matam ácaros)
- revestir colchões e travesseiros com tecido especial que evita passagem de pó.
- eliminar a umidade, seja no banheiro, na cozinha ou na lavanderia.