

Sr. Cidadão, sabia que... 3 de dezembro é o Dia internacional dos portadores de alergia crónica?



Este Dia foi criado pela Organização Mundial de Saúde, com o intuito de sensibilizar a população para a **alergia crónica**, que se caracteriza como uma forte resposta do sistema imunológico a uma qualquer substância estranha para o organismo.

Em Portugal, segundo a Sociedade Portuguesa de Alergologia e Imunologia Clínica, estima-se que as alergias afetem um terço da população, sendo a rinite alérgica e a asma as mais comuns.

O pólen, pelos de animais, ácaros e mofo são alguns dos alérgenos mais comuns, uma vez que são desencadeados pelo simples contacto com a atmosfera. Alguns alimentos também podem despoletar reações alérgicas. Exemplos disso são os frutos secos, como o amendoim ou nozes, cereais como o trigo ou leguminosas como soja. O marisco, ovos e leite são outros fatores de risco. Outras ameaças são as picadas de insetos como abelhas e vespas, fármacos à base de penicilina ou manter contacto com substâncias como o látex.

Uma reação alérgica pode conduzir a sintomas ligeiros como tosse, vermelhidão, prurido, manchas, ou a uma situação de anafilaxia, forma mais grave de alergia, que se traduz numa reação desencadeada em poucos minutos após o contacto com o elemento alérgico, caracterizada por inchaço, calor, urticária, espirros, falta de ar, dificuldade em deglutir, pressão arterial baixa, náusea e desmaio. É portanto essencial comunicar as alergias conhecidas no âmbito da prestação de cuidados de saúde, por forma a garantir a segurança e qualidade dos mesmos.



Dezembro 2020