

## LIRAL

Os testes que lhe fizeram revelaram alergia de contacto ao **Liral**. Esta alergia poderá, pelo menos em parte, ser responsável pela sua doença da pele. É importante que se familiarize com este químico. Para prevenir o reaparecimento da doença, deverá evitar, quando possível, o contacto com produtos que contenham este químico. O Liral é uma fragrância sintética usada em múltiplos produtos, em especial cosméticos e produtos de higiene.

### Onde se encontra o Liral?

- 1) Cosméticos – Perfumes, cremes, pomadas loções, unguentos, maquilhagem, máscaras faciais e capilares, bronzeadores, aftershave, gel para cabelo, cremes antienvhecimento, aftershave, água de colónia
- 2) Produtos de higiene – Champôs, condicionadores, gel de banho, sabonetes líquidos, desodorizantes, antiperspirantes, pasta de dentes, elixir bucal, pasta de dentes, fio dentário, toalhitas para bebés
- 3) Outros – Ambientadores perfumados, produtos de limpeza perfumados (de roupa ou da casa)

### Que outros nomes pode ter nos rótulos das embalagens?

Hidroxisohexil-3-ciclohexenecarboxaldeído, Lyrál, 3-cyclohexene-1-carboxaldehyde, 4-(4-hydroxy-4-methyl pentyl)

Esta não é uma lista completa, uma vez que os fabricantes introduzem e removem químicos das suas linhas de produção com regularidade.

### Atitudes que pode tomar para ajudar a controlar a sua alergia de contacto:

**Esteja atento...** leia os rótulos das embalagens. Deve sempre ler a composição dos produtos nas embalagens. Este deve ser o seu primeiro passo cada vez que compra um produto, uma vez que os produtores, por vezes, mudam a composição dos produtos. Se tiver alguma dúvida, consulte o seu médico assistente.

**Teste o produto primeiro.** Se comprar um produto novo, deve testá-lo numa pequena área de pele para confirmar se desenvolve reacção antes de usar o produto numa extensa superfície corporal.

**Informe as pessoas** que lhe fornecem serviços da sua alergia de contacto. Deve incluir o seu médico, farmacêutico, cabeleireiro/barbeiro, florista, veterinário, etc.

**Informe o seu empregador se a fonte da sua alergia tiver origem profissional.** Deve identificar a fonte específica do químico e tomar as medidas necessárias para evitar exposição adicional. Pode incluir roupa/material de proteção ou pode necessitar de realizar mudanças nas suas atividades laborais. Você e o seu empregador beneficiam ambos quando a causa da dermatite de contacto ocupacional é eliminada.

**Procure na internet em sites de confiança.** A internet é uma excelente fonte de informação de ingredientes e pode pesquisar por produto, por companhia e por químico específico. Alguns links úteis são: [www.nlm.nih.gov/pubs/factsheets/factsheets.html](http://www.nlm.nih.gov/pubs/factsheets/factsheets.html) (U.S. Dept. of Health and Human Services), [www.nlm.nih.gov/pubs/factsheets/factsbj.html](http://www.nlm.nih.gov/pubs/factsheets/factsbj.html) (U.S. Dept. of Health and Human Services); [www.cosmeticsinfo.org](http://www.cosmeticsinfo.org) (Cosmetic Industry Category Ingredient Database).

Médico: \_\_\_\_\_

Data: \_\_\_\_/\_\_\_\_/20\_\_\_\_