

URTICÁRIA CRÓNICA ESPONTÂNEA



O QUE É?

A Urticária caracteriza-se por manchas ou pápulas (elevadas em relação à pele normal) avermelhadas, que dão muita comichão e que desaparecem momentaneamente quando pressionadas. Podem surgir em todo o corpo ou apenas em alguns locais, cada mancha/pápula tem a duração de alguns minutos a várias horas (não mais de 24 horas) e não deixa marca residual na pele. As manchas ou pápulas podem ser acompanhadas de inchaço (angioedema) de algumas zonas, sendo mais frequente nos lábios e face, pode causar dor e habitualmente desaparece mais lentamente que as manchas. Quando aparecem e desaparecem diariamente mais de 6 semanas designa-se por Urticária Crónica.

Existem 2 tipos de Urticária Crónica: desencadeada por um estímulo específico como o frio, a fricção, o aumento da temperatura, o exercício, entre outros (urticária crónica indutível ou induzida) e sem um estímulo específico identificado, designando-se por Urticária Crónica Espontânea.



QUAL A CAUSA DA URTICÁRIA CRÓNICA ESPONTÂNEA (UCE)?

Sabemos que corresponde a uma hiper-reatividade (resposta exagerada) de algumas células que existem na pele, que libertam de forma frequente e imprevisível substâncias que dão comichão (histamina e outras substâncias inflamatórias). Na maioria das vezes a causa é desconhecida, podendo envolver uma reação do sistema imunitário, que poderá ser do tipo autoimune (resposta exagerada contra si próprio). A tiroidite autoimune é uma doença frequentemente associada à UCE. A duração e a gravidade da UCE é variável de pessoa para pessoa, não sendo possível até à data determinar a evolução de cada caso particular. Diferentes tipos de Urticária, podem surgir num mesmo doente, surgindo assim lesões na pele em diferentes contextos (ver Folhetos das Urticárias Indutíveis).



COMO SE DIAGNOSTICA?

Se suspeita que tenha UCE deve ser acompanhado em Consulta de Imunoalergologia. Não existem testes específicos para a UCE, sendo diagnosticada pela observação das lesões na pele (manchas/ pápulas e/ou inchaços) e uma história de sintomas característica. De acordo com o caso clínico, pode haver necessidade de fazer algumas análises ao sangue, que na maioria das vezes são normais.



COMO SE TRATA?

O tratamento assenta na utilização de medicamentos que bloqueiam a ação da histamina que é libertada de forma exagerada, e que se chamam anti-histamínicos.

Os anti-histamínicos H1 não sedativos são os fármacos de 1ª linha. Eles podem ser tomados aquando do aparecimento das queixas ou, se os sintomas o justificarem, de forma diária de modo a terem uma ação preventiva do aparecimento das lesões.

Nos casos mais difíceis de controlar é necessário fazer ajuste de dose de anti-histamínicos e até tratamentos mais específicos que diminuem a atividade exagerada do sistema imunológico, sempre de acordo com o médico especialista. Existem casos graves que não respondem ao anti-histamínico em dose máxima, que após avaliação detalhada por Imunoalergologista, podem ser considerados para tratamento biológico.



DICAS ÚTEIS

Qual a relação dos alimentos e medicamentos na UCE?
A UCE não é uma alergia alimentar! As queixas de comichão podem ser agravadas pela ingestão de alguns alimentos que potenciam a libertação ou a ação da histamina. Estes alimentos não são sempre os mesmos para todas as pessoas, mas retirá-los da sua dieta deve ser discutido com seu médico Imunoalergologista.

A UCE não é uma alergia a medicamentos, mas alguns doentes poderão agravar com a toma de anti-inflamatórios não esteroides.

O stress e/ou ansiedade pode agravar a UCE?

Sim, podem aumentar a intensidade das manifestações.

A UCE é contagiosa?

Não.

A UCE pode afetar outros órgãos?

Não, afeta apenas a pele e mucosas.

A UCE está associada a rinite e/ou asma alérgica?

Não. São patologias diferentes embora a histamina esteja envolvida em ambas.

A UCE é uma alergia?

Não, não é causada por uma alergia a um agente externo específico.