

SAÚDE

Xô, rinite

COM A CHEGADA DO CLIMA FAVORÁVEL ÀS CRISES ALÉRGICAS, MÉDICOS APONTAM RECEITAS PARA COMBATER OS EFEITOS DA DOENÇA, QUE COSTUMA CHEGAR COM A TEMPERATURA BAIXA E A SECA

Felipe Seligman

É só começar a seca que a rinite alérgica chega com força total. Mas afinal, o que é essa tal rinite? Segundo a médica alergista Márcia Montenegro, a rinite se caracteriza por doenças crônicas no nariz, como coceira, obstrução, espirros ou coriza, sem nenhuma justificativa. Como é uma doença genética, não existe cura, mas as pessoas que sofrem deste mal não precisam se desesperar. Atualmente existem diversas formas de tratamento que podem, praticamente, eliminar as constantes crises.

Remédios, imunoterapia (vacinas), homeopatia e acupuntura são alguns recursos. Mas como toda alergia, as crises de rinite são desencadeadas por substâncias externas, e por isso a primeira medida para tratar as crises é identificar e sair de perto do causador. "Não adianta nada

fazer os tratamentos médicos, se não se sabe o que desencadeia a alergia", explica Márcia Montenegro. "Por isso, a primeira coisa a se fazer é um teste para descobrir quais substâncias causam a rinite alérgica na pessoa".

Acupuntura - A acupuntura explica a rinite alérgica com conceitos diferentes. Segundo o fisioterapeuta Rafael Lara Resende, responsável pelo ambulatório de acupuntura da instituição Viva a Vida Kardec, no Recanto das Emas, um conceito básico da medicina tradicional chinesa é o jing - energia vital da pessoa.

A rinite alérgica seria proveniente de uma deficiência do jing, que atinge os pulmões e os rins. "Mas não são os pulmões e rins que conhecemos normalmente. Eles envolvem questões energéticas", explica Rafael. Ao mesmo tempo, as crises são causadas pelo vento, que na medicina chinesa, além de representar a movimentação do ar, também é

o responsável pelo transporte dos alérgenos (fungos, ácaros, poeiras, pêlos, etc.).

Por isso, o tratamento básico da acupuntura é o fortalecimento dos órgãos afetados (pulmões e rins), além de evitar o contato com esse vento. "É muito importante que o tratamento de acupuntura não se restrinja às crises, mas que seja levado adiante, para que o fortalecimento realmente aconteça".

A acupuntura é uma tradição milenar chinesa. Inicialmente, os antigos baseavam-se somente na parte energética da acupuntura, mas estudos científicos recentes mostraram que os pontos da acupuntura induzem a liberação de substâncias analgésicas e antiinflamatórias endógenas - produzidas pelo próprio organismo - além de agir no sistema nervoso autônomo.

Remédios e vacinas - Quem prefere a medicina ocidental, no en-

tanto, pode fazer algumas escolhas de tratamento. Inicialmente, a forma mais comum é o tratamento por meio de anti-alérgicos e corticóides. "Existe um pouco de preconceito em relação ao uso de corticóides. Atualmente, entretanto, os novos medicamentos não chegam ao sangue e por isso não tem efeitos colaterais", diz Márcia Montenegro.

Caso o tratamento com esses remédios não ofereça melhoras, existe a imunoterapia. Esse tratamento tem duração mínima de 3 anos e máxima de 5 anos. "Se não acontecer melhora total nesses cinco anos, não adianta continuar", explica Montenegro. Ele funciona por meio de introduções regulares de partículas da substância causadora da alergia. O corpo produz anticorpos, até dessensibilizar o organismo dessa substância. "Tem pessoas que podem ficar a vida toda sem crises, mas como a doença é genética, ela pode voltar e todo o tratamento ir

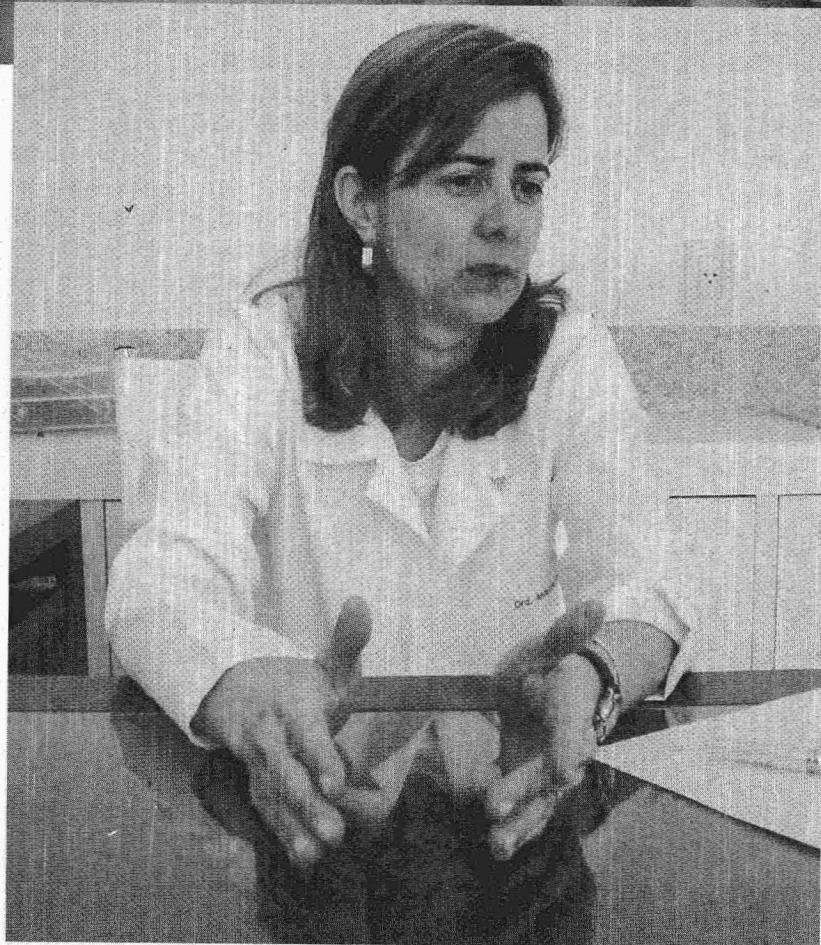
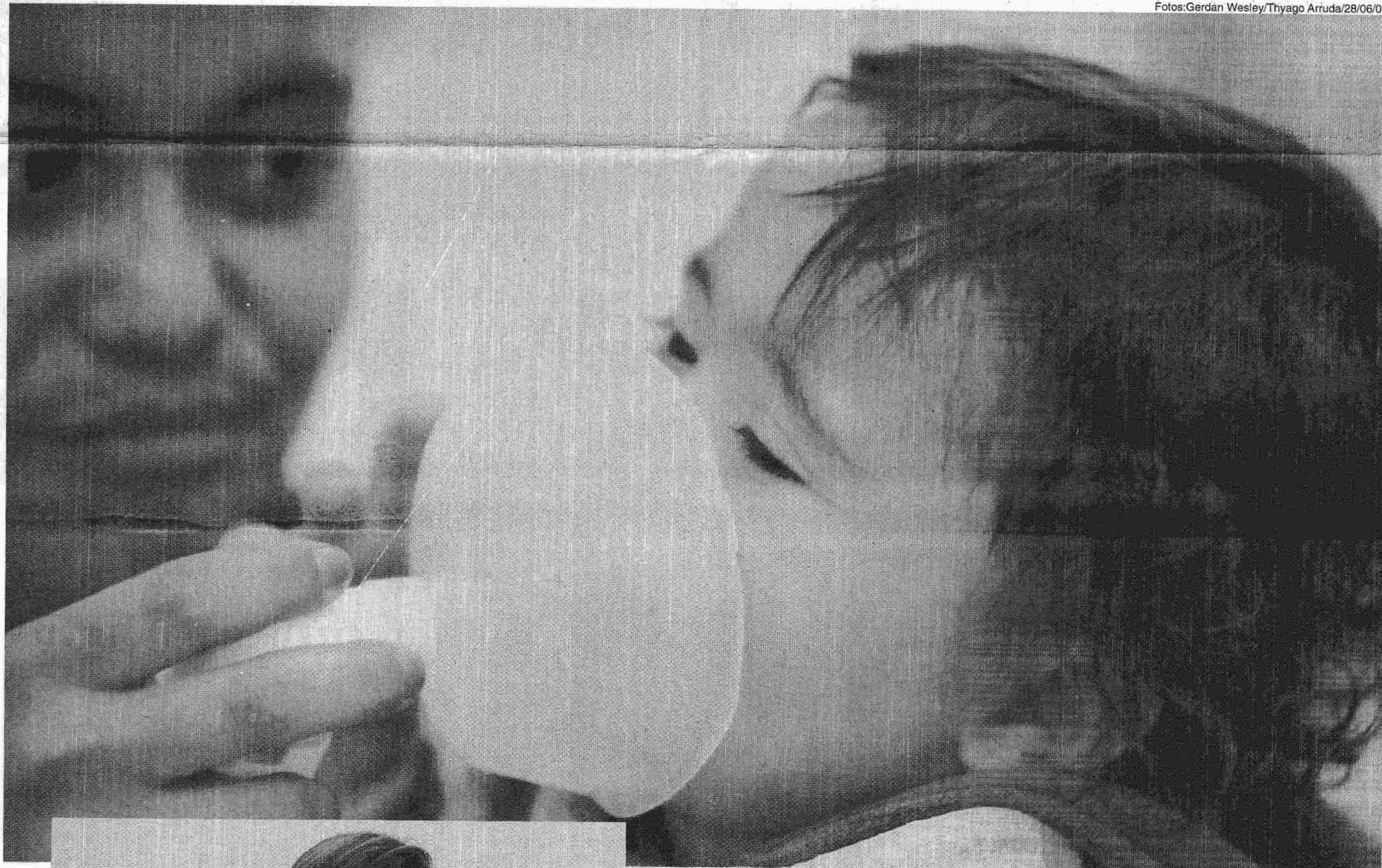
por água abaixo".

Homeopatia: Assim como a acupuntura, a homeopatia funciona por meio do equilíbrio vital do corpo. Segundo a doutora Márcia Montenegro, que também trabalha com a homeopatia, esse tratamento é difícil e demorado, mas leva a bons resultados. "Deve-se equilibrar-se a energia do remédio com a energia do organismo, por isso o Ser é mais importante que a doença".

Assim, a consulta médica é fundamental. "Informações inusitadas sobre o paciente, como um horror à banana sem explicação, por exemplo, são de extrema importância na homeopatia".

Para resolver crises, porém, esse tipo de tratamento não é o mais aconselhável. "Nos casos agudos, em que a melhora deve ser imediata, a medicina tradicional alopática - uso de medicamentos químicos - é a mais aconselhável", finaliza Montenegro.

Fotos: Gerdan Wesley/Thyago Arruda/28/06/02



Márcia Montenegro, médica alergista

DICAS

- Identificar o causador da alergia, por meio de testes.
- Retirar do dormitório tapetes, cortinas, almofadas, livros, abjetos de pêlo, pelúcia ou penas, feltro, papel de parede, objetos embaixo das camas ou em cima dos armários.
- Substituir travesseiros ou edredons de penas ou plumas por material antialérgico.
- Revestir os travesseiros e colchões com material impermeável tipo napa, courvim ou corino.
- Trocar a roupa de cama uma a duas vezes por semana.
- Preferir ambientes abertos para brincadeiras das crianças.
- Evitar roupas ou agasalhos de lã ou as que soltem pêlos.
- Evitar muitos quadros, painéis, prateleiras com livros.
- Evitar ambientes úmidos, abafados e o manuseio de roupas guardadas por longo tempo.
- Não procurar tratamento apenas em épocas de crise.

Como identificar a rinite

Esses sintomas só caracterizam a rinite quando são constantes e não são decorrentes de gripes:

- obstrução nasal
- coriza
- espirros
- coceiras no nariz