



**ASBAI**  
Associação Brasileira de  
Alergia e Imunologia

# RINITE ALERGICA



**É UMA DOENÇA  
SÓ DO NARIZ**

**?**



# ASBAI

Associação Brasileira de  
Alergia e Imunologia

Biênio 2023-2024

- Fábio Chigres Kuschnir  
*Presidente*
- Ekaterini Simões Goudouris  
*Diretora Científica*
- Jackeline Motta Franco  
*Diretora Científica Adjunta*

## EDITORAS

- Maria de Fátima Epaminondas Emerson  
*Coordenadora da Comissão de Assuntos  
Comunitários – Biênio 2023 - 2024*
- Maria Letícia Freitas Silva Chavarria  
*Coordenadora do Departamento Científico de  
Rinite - Biênio 2023 - 2024*

# Autores

## **MEMBROS DA COMISSÃO DE ASSUNTOS COMUNITÁRIOS**

ASBAI BIÊNIO 2023 - 2024

- Bianca da Mota Pinheiro
- Fernanda Lugão Campinhos
- Germana Pimentel Stefani
- Giordana Portela Lima
- Ingrid Pimentel Cunha Magalhães Souza Lima
  - Leila Vieira Borges Trancoso Neves
    - Liana Maria Jucá Bezerra
  - Maria Aparecida Ribeiro de Mattos
    - Marly Marques da Rocha
    - Mayara Madruga Marques
  - Nelson Guilherme Bastos Cordeiro
    - Patsy Valadares Lanza França
  - Priscilla Filippo Alvim de Minas Santos
    - Regina Sumiko Watanabe Di Gesu
    - Rosa Maria Maranhão Casado
    - Rossy Moreira Bastos Junior
    - Wilma Carvalho Neves Forte

## **DEPARTAMENTO CIENTÍFICO DE RINITE**

ASBAI BIÊNIO 2023 - 2024

### **Membros Titulares**

- André Felipe Maranhão Casado
- Carolina Tavares de Alcântara
  - Fausto Yoshio Matsumoto
- Gabriella Melo Fontes Silva Dias
- Giovanni Marcelo Siqueira Di Gesu
  - João Ferreira Mello Jr.
  - João Vianney Brito de Oliveira
- Maria Cândida Faria Varanda Rizzo
  - Raphael Coelho Figueredo
  - Simone Valladão Curi

### **Membros Integrantes**

- Danilo Gois Gonçalves
- Gabriela Aline Andrade Oliveira
- Isabella Diniz Braga Pimentel
- Márcio Miranda dos Santos
- Priscila Megumi Takejima



# RINITE ALÉRGICA

Rinite Alérgica é uma doença comum, que ocorre em qualquer idade: crianças, adolescentes, adultos e idosos.

Tem origem genética, sendo acompanhada por uma inflamação da mucosa nasal desencadeada por alérgenos ambientais.

# Quais são os sintomas da rinite alérgica?

## Sintomas clássicos da rinite alérgica

- Espirros repetidos, em salva;
- Coriza líquida, em geral, abundante;
- Coceira no nariz, nos olhos, nos ouvidos, no céu da boca e na garganta;
- Congestão nasal e narinas obstruídas;
- Olhos avermelhados, irritados, lacrimejando e coçando;
- Gotejamento pós nasal (secreção que escorre por trás do nariz, para a garganta e pode provocar pigarro ou tosse);
- Alteração do olfato e do paladar.

Lembramos que a rinite se manifesta de maneira individual. Nem todos os sintomas precisam estar presentes para caracterizar a doença.

Os sintomas da rinite assemelham-se a um resfriado e podem passar despercebidos, atrasando o diagnóstico e tratamento. Quando não são reconhecidos e não são tratados podem causar complicações e interferir no sono, no aprendizado, no rendimento no trabalho e afetar a qualidade de vida

# A importância do nariz na respiração

Na escola, aprendemos que respirar consiste na absorção do oxigênio e liberação do gás carbônico através dos pulmões. Sim, mas é uma verdade parcial. Na realidade o processo respiratório se inicia pelo nariz, que recebe o ar frio, seco, sujo e poluído, sendo filtrado, aquecido, umidificado e distribuído até os pulmões, onde é realizada a troca gasosa.

Ou seja, o nariz tem um papel muito importante na respiração, principalmente pela sua relação direta com os seios da face, olhos, ouvidos, garganta e pulmões.

Por isso, quando uma pessoa sofre com a rinite, pode complicar e ter também sintomas em todas essas estruturas, como por exemplo: sinusite, conjuntivite, amigdalite, faringite, otite, tosse e sintomas pulmonares.

## Quais as consequências da rinite não tratada?

A inflamação alérgica, quando não tratada adequadamente, pode se estender a outras estruturas, como por exemplo, comprometimento de olhos (conjuntivite), ouvidos (otites), seios da face (sinusite), traqueia (traqueíte) e pulmões (tosse, bronquite ou asma). Além disso, pode provocar alterações da voz, olfato, apetite, paladar e audição.

A rinite pode também favorecer uma maior ocorrência de infecções, como otites e sinusites, em especial nas crianças menores, culminando no uso repetido de antibióticos.

Além disso, pode influenciar o humor, o sono, o descanso e o estado de ânimo da pessoa, em qualquer idade.





# A rinite é um tipo de gripe?

Não. A gripe é causada por vírus, é contagiosa e além dos sintomas nasais pode se acompanhar de mal-estar, febre, dores no corpo e falta de apetite.

A rinite alérgica não é contagiosa, tem origem genética e é provocada por fatores variados, como por exemplo, poeira, ácaros, pólenes e outros alérgenos. Em geral piora no inverno e nas mudanças de tempo.

## Toda rinite é alérgica?

Não. Nem toda rinite é causada por alergia. Existem diversos tipos de rinite.

- Rinite infecciosa: o exemplo clássico é dos resfriados e gripes.
- Rinite não alérgica, não infecciosa: como: rinite induzida por medicamentos, rinite da gravidez, rinite gustatória (coriza após ingerir alimentos quentes ou apimentados), rinite por irritantes (ocasionada por cheiros fortes, fumaças), entre outras.
- Rinite mista: assim chamada quando envolve mais de uma causa.





# Como é feito o diagnóstico da rinite alérgica?

O diagnóstico da rinite alérgica é clínico, baseado na análise feita pelo médico:

- Investigação da história da pessoa, suas queixas, a forma como os sintomas começam e a evolução com o passar do tempo.
- Exame do nariz (Rinoscopia): avaliação do aspecto da mucosa – se está congestionada, se a coloração é pálido ou avermelhado, bem como o tipo de secreção.
- Exame dos ouvidos, olhos, faringe e ausculta dos pulmões.
- Testes cutâneos para identificar e avaliar a alergia.
- Dosagem da IgE total e específica no sangue.

## Como tratar a rinite alérgica?



Tratar a rinite não significa apenas dar alívio imediato aos sintomas, mas trabalhar para que a pessoa volte a seu estado normal e corrigindo as consequências da doença.

O primeiro passo é procurar a causa da rinite e, se possível, afastá-la por meio de medidas de controle. Este é o tratamento ideal e, muitas vezes, suficiente.

O segundo passo, consiste na escolha dos medicamentos a serem utilizados para reduzir a inflamação e controlar os sintomas a curto e longo prazo.

O terceiro passo pode ser o uso de vacinas para alergia ou imunoterapia específica, nos casos indicados.



# A rinite alérgica não é apenas uma doença do nariz

Como foi dito, os sintomas da rinite podem se estender aos olhos, seios da face, faringe e até aos pulmões. É frequente a associação de rinite alérgica com a conjuntivite alérgica, sinusite e asma.

Grande parte dos asmáticos também tem rinite. Clinicamente esta associação se manifesta de forma clara: após poucos dias do início de uma crise de rinite, o paciente não tratado adequadamente pode evoluir com tosse, chiado e crise de asma.

Como foi ressaltado no início do texto, as vias respiratórias são: do nariz até o pulmão, com igual importância. Cuidar da rinite, portanto, otimiza o controle e previne complicações.



o

A alergia é uma doença crônica, e deve ser tratada não apenas nos momentos de piora, mas de forma preventiva - mesmo quando se está bem.

a

A higienização do nariz é importante, pois auxilia na remoção do muco em excesso, bem como de alérgenos depositados na mucosa. A lavagem nasal com soro fisiológico uma vez ao dia ou mais vezes, é um importante tratamento adjuvante da rinite alérgica.

o

A pessoa alérgica deve aprender o que pode fazer no caso de apresentar crise. No entanto, o fato de aprender a manejar a própria doença não significa que se deve se automedicar.

o

Tratar não é só tomar remédio: é preciso aprender as medidas de controle do ambiente, limpeza da casa entre outras. Na maior parte dos casos, não há necessidade de se estabelecer proibições descabidas.

o

Criança com rinite pode ter vida normal, pode tomar gelado, pisar no chão e brincar livremente.

Rinite Alérgica tem tratamento.

Procure um alergista



# ASBAI

Associação Brasileira de  
Alergia e Imunologia



SPOTIFY  
**ASBAI**



FACEBOOK  
**Asbai Alergia**



INSTAGRAM  
**asbai\_alergia**



TIK TOK  
**@asbai\_alergia**



YOUTUBE  
**ASBAI Alergia**



TWITTER  
**@asbai\_alergia**



SITE  
**[www.asbai.org.br](http://www.asbai.org.br)**



**CLIQUE** e acesse  
nosso site e mídias sociais.