



ASBAI

Associação Brasileira de
Alergia e Imunologia

URTICÁRIA

DIA MUNDIAL

1º DE OUTUBRO



2

0

2

5

APRESENTAÇÃO

A urticária é uma doença que afeta até 1% da população mundial de forma persistente, podendo ocorrer em qualquer idade. Manifesta-se com manchas vermelhas, inchadas, que coçam muito e que desaparecem sem deixar cicatriz

É importante falar sobre a urticária porque muitas pessoas sofrem em silêncio, sem acesso a um diagnóstico adequado. A aparência das lesões pode causar constrangimento e baixa autoestima, ocasionando reflexos significativos na qualidade de vida.

O Dia Mundial da Urticária, comemorado no dia 1º de outubro, é uma data criada para chamar atenção da sociedade e da área de saúde para os desafios da doença. O tema deste ano – ***“Necessidades não atendidas; Caminho a seguir para a urticária”*** – reforça a importância do diagnóstico correto, bem como do acesso a medicamentos que permitam o controle da doença.

Aumentar o conhecimento sobre a urticária é fundamental para impulsionar o avanço no diagnóstico e tratamento, resultando em melhor qualidade de vida para quem vive com a doença.

O QUE É URTICÁRIA?



Urticária é uma doença que se manifesta com urticas e/ou angioedema. Urtica é uma reação da pele caracterizada por empolações, placas ou “vergões” de tom avermelhado, que coçam bastante. As lesões costumam aparecer e desaparecer em poucas horas, sem deixar cicatriz.

Angioedema é um inchaço mais profundo da pele ou mucosas (lábios, pálpebras, mãos, pés, língua), que pode ocorrer junto com a urticas (empolações) ou isoladamente.

O QUE É URTICÁRIA AGUDA E CRÔNICA



URTICÁRIA AGUDA

Uma urticária é considerada aguda quando as lesões duram menos de 6 semanas, geralmente ligadas a infecções ou alergia a alimentos, medicamentos ou veneno de insetos.

URTICÁRIA CRÔNICA

Quando a urticária e/ou angioedema aparecem de forma repetida e frequente por mais de 6 semanas, geralmente por causa autoimune.

QUEM PODE TER URTICÁRIA?

EM TESE, QUALQUER PESSOA PODE TER URTICÁRIA, SEJA UMA CRIANÇA, ADULTO OU UM IDOSO. É UMA DOENÇA COMUM E PODE APARECER EM QUALQUER IDADE, EM HOMENS E MULHERES.



QUAIS SÃO OS PRINCIPAIS SINTOMAS DA URTICÁRIA?

Os principais sintomas são as manchas avermelhadas e elevadas na pele, acompanhadas de coceira intensa. As lesões podem surgir em qualquer parte do corpo e em geral somem em até 24 horas. Em alguns casos, pode se acompanhar de inchaço em lábios, pálpebras, língua ou garganta. Os casos que se acompanham de dificuldade para respirar são considerados como uma urgência médica.

QUAIS OS TIPOS DE URTICÁRIA CRÔNICA?

A URTICÁRIA CRÔNICA PODE SER CLASSIFICADA EM DOIS TIPOS:

URTICÁRIA CRÔNICA ESPONTÂNEA (UCE)

É a forma mais frequente. As lesões surgem de forma espontânea, ou seja, sem que sejam identificadas causas ou fatores desencadeantes externos específicos.

URTICÁRIA CRÔNICA INDUZIDA

As lesões surgem quando há algum fator desencadeante externo específico (gatilho). Dependendo do gatilho, as induzidas podem ser divididas em físicas e não físicas.

- **Urticárias Físicas:** fricção na pele, pressão, frio, calor, sol ou vibração.
- **Urticárias Não físicas:** aquagênica (água), contato e colinérgica (ocorre quando a temperatura do corpo aumenta em situações da vida cotidiana).

Uma mesma pessoa pode ter mais de um tipo de urticária crônica. Por exemplo: UCE junto com um tipo de urticária induzida, ou até mais de uma forma de induzida.



TRATAMENTO DA URTICÁRIA

URTICÁRIA AGUDA

O tratamento utiliza medicamentos antialérgicos de segunda geração (por exemplo: Loratadina, Desloratadina, Fexofenadina, Bilastina, Levocetirizina) por tempo prolongado, enquanto persistirem os sintomas. Podem ser usadas doses altas a critério médico. Nos casos mais graves, pode ser indicado uso de corticoide oral. Não há indicação de uso de adrenalina intramuscular.

URTICÁRIA CRÔNICA

Também deve ser tratada com antialérgicos de segunda geração em doses até quatro vezes a dose habitual. E quando não há resposta adequada com antialérgico em doses quadruplicadas, está indicada associação com imunobiológico ou com imunossupressores. O uso de corticoide oral está indicado apenas no tratamento de crises e por períodos curtos de até 10 dias.



ASBAI

ESCLARECENDO MITOS E PRECONCEITOS



EMBORA A URTICÁRIA SEJA UMA DOENÇA FREQUENTE, AINDA PERSISTEM MUITAS DÚVIDAS SOBRE AS CAUSAS, SINTOMAS E TRATAMENTOS. O ESCLARECIMENTO ADEQUADO É CRUCIAL PARA UM MANEJO ADEQUADO DA CONDIÇÃO.

01 A URTICÁRIA É SEMPRE UMA ALERGIA?



MITO

A urticária pode aparecer em situações de alergia, geralmente acompanhada de outros sintomas, mas nem sempre é causada por isso.

- Urticária aguda (até 6 semanas): pode surgir após contato com um alimento, remédio ou outro agente, mas muitas vezes é desencadeada por infecções comuns, sem relação com alergia.
- Urticária crônica (mais de 6 semanas): não é alergia, mas sim uma doença crônica, resultado de mecanismos do próprio corpo, com processos autoimunes.

02 URTICÁRIA É CONTAGIOSA?



MITO

A urticária não é uma doença contagiosa. Porém, alguns tipos de infecção são capazes de desencadear urticária, principalmente na infância.

03 A URTICÁRIA É CAUSADA POR ALIMENTO?

NEM SEMPRE

Em alguns casos, a urticária aguda pode ser causada por alimentos. A urticária crônica não é causada por alimentos. Porém, alimentos ricos em histamina podem piorar os sintomas.

04 É SINAL DE IMUNIDADE BAIXA?



MITO

Urticária não é sinal de imunidade baixa. Pelo contrário, muitos casos de urticária crônica podem ser associados a autoimunidade, que significa uma resposta imunológica aumentada a alguns constituintes do próprio organismo.

05 EXISTE UM EXAME PARA DIAGNOSTICAR A URTICÁRIA?



MITO

O diagnóstico da urticária é essencialmente clínico. Dependendo da história do que o paciente apresenta, como um quadro clínico de urticária aguda, se houver suspeita de uma causa específica, alguns exames complementares podem ser solicitados.

06 É UMA DOENÇA DE “FUNDO NERVOSO”?



MITO

A urticária não é causada por fatores emocionais. Porém, o estresse e a ansiedade podem piorar as crises em quem já tem a doença. Ou seja, não é causa, mas o emocional pode influenciar na evolução da doença.

07 PODE SER CAUSADA POR FALTA DE CUIDADO COM A PELE?



MITO

As causas mais comuns de urticária aguda incluem reações a alimentos, medicamentos, venenos de insetos, infecções. Na urticária crônica, a principal causa é a autoimunidade (quando o sistema imunológico ataca o próprio corpo por engano). Entretanto, em alguns casos, a urticária pode ser idiopática, ou seja, sem causa claramente identificável.

08 CORTISONA CURA URTICÁRIA?



MITO

O corticoide (cortisona) não é tratamento definitivo. E, quando for necessário, deve ser usado em ciclos curtos e sempre com orientação médica.

09

PRECISA TOMAR O ANTIALÉRGICO QUANDO ESTÁ SEM LESÃO NA PELE?



VERDADE

Mesmo quando a pele está sem lesões é necessário manter o uso contínuo do antialérgico, com objetivo de manter a doença controlada e de evitar o surgimento de novas lesões. O médico deve orientar a dose e o tempo de tratamento.

10

QUEM TEM URTICÁRIA PODE TER ANAFILAXIA?



VERDADE

A urticária aguda pode, sim, ser uma manifestação de anafilaxia, principalmente nas reações causadas por alimentos, medicamentos ou venenos de insetos, como abelha, vespa ou formiga.

Já os casos de urticária crônica espontânea geralmente não têm relação com anafilaxia.

No entanto, a maioria das urticárias crônicas induzidas (como as desencadeadas por frio, calor, pressão, vibração, exercício, água, sol ou estímulos colinérgicos, como o aquecimento da pele pelo suor) em algumas situações, pode estar associada à anafilaxia.



DIETA SEM LEITE E GLÚTEN MELHORA A URTICÁRIA?



MITO

Não existe recomendação de retirar leite e glúten como regra para tratar urticária.

A urticária crônica (UC), por exemplo, não é causada por alergia alimentar. Porém, em algumas pessoas com UC, a ingestão de determinados alimentos pode agravar o quadro. Esses casos devem ser avaliados de forma individualizada e criteriosa por um profissional capacitado, capaz de definir claramente essa relação.

Os casos de urticária aguda podem, sim, em algumas pessoas, estar relacionados a alimentos específicos (como leite, trigo, ovos, frutos do mar, entre outros), principalmente quando há uma relação temporal entre a ingestão do alimento e o aparecimento das lesões, que geralmente ocorre em até 2 horas.

Dietas sem leite e sem glúten só devem ser realizadas com orientação médica adequada, para evitar restrições desnecessárias que podem comprometer o estado nutricional da pessoa.

12

URTICÁRIA DEIXA CICATRIZ?



MITO

A verdade é que as urticas (lesões típicas das urticárias), são lesões elevadas, com vermelhidão ao redor, que desaparecem geralmente em até 24 horas e não deixam manchas ou cicatrizes residuais.

13 QUAL O MELHOR TESTE NA URTICÁRIA?



MITO

Na urticária aguda, geralmente não há necessidade de testes, exceto quando a história clínica sugere causa específica (ex.: alimentos, medicamentos). Já a urticária crônica espontânea não exige exames confirmatórios.

A urticária induzida pode ser investigada com testes específicos conforme o estímulo (calor, frio, pressão etc.), sempre em ambiente especializado.

14 QUEM TEM URTICÁRIA PODE TOMAR ASPIRINA?

A aspirina e outros medicamentos anti-inflamatórios podem desencadear urticária aguda e, nesta situação, a história é muito importante e uma orientação específica sobre os anti-inflamatórios deverá ser fornecida pelo especialista. Na urticária crônica, os anti-inflamatórios podem ser uma causa de crise de urticária em cerca de 30% dos pacientes. Entretanto, novamente a história é muito importante pois a manifestação da reação aos anti-inflamatórios pode ser apenas um quadro mais intenso da urticária crônica. Para isso, é necessário uma investigação com médico especialista para avaliar se o anti-inflamatório está agravando a urticária ou se apenas há necessidade do controle da própria doença de base, a urticária crônica.



COMO AJUDAR QUEM TEM URTICÁRIA?

A melhor forma de ajudar é reforçar que a urticária é uma doença tratável e passível de controle quando bem conduzida. O apoio ao paciente inclui incentivar o seguimento médico — preferencialmente com especialista, estimular a adesão às medicações prescritas (anti-histamínicos de 2ª geração na maioria dos casos e, quando necessário, terapias avançadas como imunobiológicos e/ou imunossupressores) e colaborar na identificação de possíveis gatilhos. Compreender que a urticária crônica espontânea não traz risco à vida. E, nos casos de urticária crônica induzida o reconhecimento precoce dos sinais de gravidade proporciona mais segurança ao paciente.



POR QUE EXISTE UM DIA MUNDIAL DA URTICÁRIA?

O DIA DA URTICÁRIA (UDAY) É UMA INICIATIVA DE DIVERSAS ENTIDADES NO MUNDO TODO. ESTA DATA FOI CRIADA COM OBJETIVO DE CHAMAR ATENÇÃO PARA A DOENÇA, UMA VEZ QUE, MESMO AFETANDO MILHÕES DE PESSOAS, AINDA É POUCO CONHECIDA.

O OBJETIVO É DAR VOZ AOS PACIENTES, COMPARTILHAR INFORMAÇÕES CONFIÁVEIS E ESTIMULAR MAIS COMPREENSÃO ENTRE PROFISSIONAIS DE SAÚDE, MÍDIA E SOCIEDADE.

URTICÁRIAS

NECESSIDADE NÃO ATENDIDAS - O QUE PODEMOS FAZER?

A urticária ainda hoje tem várias
necessidades importantes.

Primeiro: acesso ao diagnóstico correto — muitas
pessoas sofrem sem saber o que têm.

Segundo: tratamento especializado, que
infelizmente não está disponível para todos.

Terceiro: acesso aos medicamentos adequados —
muitos ainda usam remédios antigos, com efeitos
colaterais, e os de alto custo nem sempre estão
acessíveis.

Quarto: informação de qualidade — ainda existem
muitos mitos que precisam ser combatidos.

E quinto: apoio emocional, porque a urticária afeta
muito a qualidade de vida.

**Se você ou alguém da sua família tem urticária
crônica, procure um médico especialista.
Informação é o primeiro passo para o
tratamento!**



ASBAI

A ASBAI oferece em seu site um setor aberto ao público, onde disponibiliza gratuitamente e-Books com temas variados das doenças alérgicas e imunológicas. Além disso, oferece no mesmo setor, um espaço chamado “Localize seu especialista” onde são listados os nomes e contatos de médicos com RQE (Registro de Especialista) em Alergia e Imunologia em diversas cidades brasileiras.

Visite: **www.asbai.org.br**

“Ninguém precisa enfrentar a urticária sozinho.

O cuidado faz toda a diferença.”



ASBAI

CREDITOS

DIRETORIA ASBAI

BIÊNIO 2025-2026

- Fátima Rodrigues Fernandes - *Presidente*
- Gustavo Falbo Wandalsen - *Diretor Científico*

EDITORES

- Eduardo Magalhães de Souza Lima - *Coordenador do Departamento Científico de Urticária - ASBAI*
- Maria de Fátima Epaminondas Emerson - *Coordenadora da Comissão de Assuntos Comunitários – ASBAI*

AUTORES

MEMBROS DO DEPARTAMENTO CIENTÍFICO DE URTICÁRIA

- Régis de Albuquerque Campos – *Vice Coordenador*
- Fernanda Lugão Campinhos
- Gabriela Andrade Coelho Dias
- Larissa Silva Brandão
- Leila Vieira Borges Trancoso Neves
- Luis Felipe Chiaverini Ensina
- Paula Natassya Barbosa Argolo de Freitas
- Priscilla Filippo Alvim de Minas Santos
- Rosana Câmara Agondi
- Solange Oliveira Rodrigues Valle

AUTORES

MEMBROS DA COMISSÃO DE ASSUNTOS COMUNITÁRIOS

- Andrea Pescadinha Emery Carvalho – Vice Coordenadora
- Fernanda Lugão Campinhos
- Germana Pimentel Stefani
- Ingrid Pimentel Cunha Magalhães Souza Lima
- Marly Marques da Rocha
- Manuela Rodrigues Coimbra
- Nelson Guilherme Bastos Cordeiro
- Priscilla Filippo Alvim de Minas Santos
- Regina Sumiko Watanabe Di Gesu
- Rosa Maria Maranhão Casado
- Rossy Moreira Bastos Junior
- Wilma Carvalho Neves Forte

DESIGN

- Flávio Tavares



ASBAI RJ
Associação Brasileira de
Alergia e Imunologia



O DIA MUNDIAL DA URTICÁRIA
COMEMORADO NO DIA 1º DE OUTUBRO ,
É UMA DATA CRIADA PARA CHAMAR
ATENÇÃO DA SOCIEDADE E DA ÁREA DE
SAÚDE PARA OS DESAFIOS DA DOENÇA.



ASBAI

Associação Brasileira de
Alergia e Imunologia



Spotify

ASBAI



Facebook

Asbai Alergia



Instagram

asbai_alergia



Youtube

Asbai Alergia



Twitter

@asbai_lergia



Site

www.asbai.org.br



Linkedin

Asbai-Alergia



ACESSE ESSE E OUTROS
INFORMATIVOS SOBE
ALERGIA PELO QR CODE