

**Autor:** Mafalda Oliveira, Maria Sousa Ferreira

**Última atualização:** 2018/08/30

**Palavras-chave:** Urticária, Alergia, Angioedema

## Resumo

A urticária é uma doença comum, que afeta até 25% da população em algum momento da sua vida. Manifesta-se por lesões avermelhadas na pele que causam comichão e/ou por angioedema, isto é, inchaço de determinada região do corpo, mais frequentemente lábios ou pálpebras. Habitualmente desaparece espontaneamente, mas pode ser grave, como quando o angioedema atinge as vias respiratórias superiores e provoca falta de ar.

Na maioria das vezes, desconhece-se a sua causa, podendo estar associada a infeções, ingestão de certos alimentos ou medicamentos e picada de insetos.

O diagnóstico estabelece-se pela observação das alterações da pele. O tratamento passa por cuidados gerais da pele e medicamentos para o alívio da comichão. Nos casos mais graves, nomeadamente quando existe falta de ar, o doente deve dirigir-se ao hospital o mais rapidamente possível.

Quando a urticária persiste no tempo, sem tratamento, pode prejudicar muito a qualidade de vida.

---

## O que é urticária?

A **urticária** é uma doença que se manifesta por lesões na pele e/ou por inchaço de determinadas regiões do corpo. As lesões na pele surgem subitamente e consistem em áreas mais avermelhadas, chamadas máculas (sem relevo) ou pápulas (com relevo), com limites bem definidos e forma normalmente arredondada ou ovalada e que causam muita comichão. Estas áreas desaparecem quando se pressiona a pele com os dedos. As lesões são transitórias (áreas afetadas que retornam ao normal em pouco tempo) e migratórias (áreas avermelhadas em zonas de pele anteriormente sem alterações). Cada lesão costuma ter uma duração entre 30 minutos até 24 horas e desaparecem sem deixar marca.

---

## O que é angioedema?

Em alguns casos, estas lesões da pele podem acompanhar-se de **angioedema**, que consiste num inchaço de uma ou várias áreas específicas do corpo.

O angioedema demora mais tempo a resolver (até 3 dias). Surge principalmente ao nível das pálpebras e lábios, mas também pode surgir nas mãos, pés, língua e órgãos genitais. Em casos mais graves, afeta a garganta, podendo causar dificuldade respiratória.

## O que quer dizer urticária aguda e crónica?

---

A urticária pode ser classificada em:

- **Aguda:** duração inferior a 6 semanas
- **Crónica:** duração igual ou superior a 6 semanas.

## A urticária é comum?

---

A urticária pode afetar qualquer pessoa, independentemente do sexo ou idade.

É uma doença comum: cerca de 25% das pessoas têm pelo menos um episódio de urticária em alguma fase da sua vida e em até 1% da população esta torna-se crónica.

## Quais as causas principais de urticária?

---

Na maioria das vezes, não é possível encontrar a verdadeira causa da urticária, denominando-se urticária idiopática (causa desconhecida). No entanto, os principais fatores conhecidos que podem causar urticária são:

- **Reações alérgicas:**
  - ◆ Picadas de insetos
  - ◆ Medicamentos: Qualquer medicamento pode causar urticária, mas os mais comuns são os anti-inflamatórios e antibióticos
  - ◆ Alimentos e aditivos alimentares
    - ◇ Alimentos mais comuns na criança: leite, ovo, peixe, amendoim, trigo e soja
    - ◇ Alimentos mais comuns no adulto: marisco, frutos secos, frutos frescos e vegetais
  - ◆ Látex
  - ◆ Transfusões sanguíneas
  - ◆ Outros alergénios
- **Infeções:** Principalmente causadas por vírus; em algumas situações, por bactérias ou parasitas
- **Causas incomuns:** estímulo físico, doença do soro, urticária associada a progesterona.

## Existem causas particulares de urticária crónica?

A urticária crónica está associada a:

- **Urticária a agentes físicos:**
  - ◆ Após fricção da pele
  - ◆ Após exposição ao frio
  - ◆ Após exposição ao calor
  - ◆ Após exposição solar
  - ◆ Após longo período de pressão sob determinada zona

## Urticária

- **Urticária colinérgica:** Por aumento da temperatura corporal (ex: após exercício físico ou após banho de água muito quente)
- **Urticária de contacto:** Após contacto com uma substância química
- **Urticária aquagénica:** Após contacto direto da pele com água

### Como se faz o diagnóstico?

---

O diagnóstico de urticária é clínico, ou seja, é realizado pela observação das alterações da pele já descritas. Será útil o doente tirar uma fotografia às lesões que apresenta, pois estas podem mudar ou desaparecer antes deste ser visto por um médico.

### Como se trata?

---

A **urticária**, com ou sem angioedema associado, costuma desaparecer espontaneamente, ou seja, sem necessidade de qualquer tipo de tratamento.

Para aliviar a comichão recomendam-se medidas gerais como: duche com água morna e hidratação regular da pele. No entanto, a comichão pode ser muito intensa, obrigando a fazer uma medicação de alívio.

Perante uma urticária crónica com causa conhecida, a melhor abordagem é evitar a causa. Eventualmente pode ser feita uma medicação de alívio se se antecipar que vá haver exposição ao agente causador. Uma criança com urticária após o exercício físico, por exemplo, pode fazer uma medicação para aliviar os sintomas antes das aulas de educação física.

Nos casos mais graves pode existir atingimento do sistema respiratório superior, com dificuldade respiratória associada (sensação de falta de ar?). Trata-se de uma situação de urgência, com necessidade de avaliação médica, que obriga ao recurso aos serviços de atendimento urgente.

De uma forma geral, a urticária interfere significativamente com a qualidade de vida dos doentes, por causa da comichão intensa ou pela alteração estética que pode causar, perturbando o sono, o humor, as relações inter-pessoais e atividades de casa ou do trabalho/escola. Em termos prognósticos, a urticária aguda é normalmente autolimitada e cura sem sequelas, mas a urticária crónica já depende da causa e das doenças associadas.

### Conclusão

---

Na presença de alguma das manifestações descritas de urticária, é importante procurar o médico, de forma tentar perceber as causas subjacentes e preveni-las, assim como a iniciar o tratamento mais adequado, controlando o potencial impacto na qualidade de vida.

### Referências recomendadas

---

- Sociedade Portuguesa de Imunoalergologia Clínica
- Guia Prático de Saúde. Sociedad Española de Medicina de Familia y Comunitaria (semFYC) ? tradução da APMGF
- Atlas da Saúde

**[Voltar à página inicial](#) [Tem alguma dúvida? Fale connosco](#) \*\*\*\*\***

[Mafalda Oliveira](#) • [Maria Sousa Ferreira](#)