

# DIAGNÓSTICO da ALERGIA OCULAR

O médico poderá fazer facilmente o diagnóstico de **conjuntivite alérgica** através de um exame ocular e do historial clínico – incluindo os antecedentes alérgicos do próprio indivíduo e dos seus familiares.

O oftalmologista realizará um exame com um microscópio oftalmológico para detetar sinais de alergia ocular, como vasos sanguíneos dilatados e edema da mucosa do olho.

Se a alergia for grave, ou se não for totalmente clara a existência de conjuntivite alérgica, o oftalmologista poderá decidir realizar um teste a um tipo específico de glóbulos brancos (denominados eosinófilos) que surgem em zonas do olho onde ocorre uma reação alérgica. Este teste é efetuado através de uma suave raspagem de uma pequena área da conjuntiva e o tecido colhido é examinado microscopicamente.

# TRATAMENTO da ALERGIA OCULAR

Fundamental para o tratamento das **alergias oculares** é evitar ou limitar o contato com a substância que está a causar o problema. Mas é necessário saber o que deve ser evitado. Se for necessário, um alergologista pode realizar um teste cutâneo ou sanguíneo para o ajudar a identificar o(s) alérgico(s) específico(s).

Se o fungo for a causa da alergia, deverá ser tido em conta que níveis elevados de humidade provocam o seu desenvolvimento. A humidade no domicílio deverá ser mantida entre os 30 - 50%. As zonas de humidade elevada, como caves, casas de banho e cozinhas, devem ser limpas com regularidade, e se necessário, devem ser utilizados desumidificadores.

Se o pó da casa for a causa da **conjuntivite alérgica**, deverá ser reduzida a exposição a ácaros domésticos, em particular no quarto. Deverão ser utilizadas cobertas de cama especiais – particularmente as fronhas das almofadas – para manter afastados os ácaros da pele e mucosas.



Se a fonte de alergias forem animais, estes deverão ser mantidos o mais possível no exterior da casa. É particularmente importante que não seja permitida a entrada de animais no quarto. Deverá preferir-se um soalho de madeira ou ladrilho em lugar de carpetes ou alcatifas, que armazenam o pelo dos animais. As mãos deverão ser sempre lavadas depois de se tocar em animais. Por último, nunca se devem esfregar os olhos, pois há o risco da irritação ser intensificada.

Em caso de dúvida ou persistência dos sintomas oculares consulte sempre o seu médico oftalmologista.

**Adaptado de:**

Eye Health information from the American Academy of Ophthalmology  
The Eye M.D. Association

# ALERGIA OCULAR O QUE É?



# ALERGIA OCULAR O QUE É?

A **alergia ocular**, denominada **conjuntivite alérgica**, é uma condição frequente que ocorre quando os olhos reagem a algo que lhes causa irritação (chamado alergénio).

Os olhos produzem uma substância chamada histamina para combater o alergénio. Em resultado, as pálpebras e a conjuntiva – a membrana fina e transparente que cobre a face interior das pálpebras e a parte branca do olho (esclera) – ficam vermelhas, inchadas e pruriginosas, com produção de lágrimas e sensação de ardor. Ao contrário da conjuntivite bacteriana ou viral, a conjuntivite alérgica não é transmissível de indivíduo para indivíduo.

Quem sofre de **alergias oculares** sofre também habitualmente de alergias nasais, apresentando um quadro de nariz com prurido, congestionado e espirros frequentes. Trata-se frequentemente de uma condição temporária (aguda) associada a alergias sazonais.

Contudo, noutros casos, as alergias oculares podem ocorrer devido à exposição a outros fatores, como pelos de animais, poeiras, fumo, perfumes ou até alimentos. Se a exposição tiver um caráter contínuo, as alergias podem ser mais graves, com uma sensação significativa de ardor, comichão e mesmo sensibilidade à luz.



## SINTOMAS da ALERGIA OCULAR

Os sintomas mais comuns da **alergia ocular** incluem:

-  Olhos vermelhos, inchados e pruriginosos
-  Sensação de ardor e lacrimejo dos olhos
-  Sensibilidade à luz

Se for acompanhada de alergia nasal, pode ocorrer congestionamento nasal, comichão e espirros, bem como cefaleias, dor de garganta ou tosse.



## QUAL A CAUSA DA ALERGIA OCULAR?

Muitas **alergias oculares** são causadas pela resposta orgânica aos alergénios existentes no ar – quer em ambientes interiores quer exteriores – como poeiras, pelos de animais, fungos ou fumo. Alguns dos aero-alergénios mais comuns incluem o pólen de ervas, árvores e artemísias, os quais contribuem para as alergias sazonais.

As reações alérgicas a perfumes, cosméticos ou fármacos podem também causar uma resposta alérgica por parte dos olhos. Algumas pessoas podem ser alérgicas aos conservantes químicos existentes nas gotas de lubrificantes para os olhos. Nesses casos, deverão ser utilizadas gotas sem conservantes.



Por vezes, os olhos podem reagir a outros alergénios que não entram necessariamente em contato com os olhos, como tipos de alimentos específicos ou picadas de insetos.

Algumas pessoas podem herdar alergias oculares dos progenitores. Há maior probabilidade de se sofrer de alergias se os progenitores também sofrerem do mesmo problema.