

Trata-se de uma patologia comum, afetando todas as faixas etárias, estimando-se que cerca de 80% da população em algum momento da sua vida tenha pelo menos um episódio de Urticária.

É caracterizada pelo rápido aparecimento de pápulas (lesões cutâneas ligeiramente elevadas em relação a pele sã), eritematosas (avermelhadas) algumas vezes esbranquiçadas na parte central, acompanhadas de prurido (comichão) ou por vezes sensação de queimadura, desaparecendo por breves segundos após pressão. Estas lesões regridem espontaneamente ou com terapêutica, sem pigmentação residual num período de 24 horas podendo recorrer. Em alguns casos, o edema da derme profunda e sub-cutis pode ser tao importante que dá origem ao aparecimento de angioedema (inchaço), por vezes doloroso em alternativa a pruriginoso ou com muita comichão, com envolvimento frequente das mucosas, sendo a resolução mais lenta comparativamente à da urticária (até 72 horas).

## Mecanismo

Após processo de ativação dos mastócitos, pelo alergénio a que o individuo esta sensibilizado, ou por outros mecanismos de natureza não alérgica, estas células existentes na pele e mucosas, libertam histamina, citocinas e outros mediadores da inflamação. Este processo dá inicio a uma serie de alterações bioquímicas e intervenções celulares que culminam com o aparecimento e manutenção das lesões de urticária.

## Classificação

A) Urticária com aparecimento espontâneo de pápulas.

- Urticária aguda - duração inferior a 6 semanas. Mais frequente em doentes com doenças atópicas como rinite, asma ou eczema atópico, e nas crianças e adultos jovens
  - Infeções virais
  - Reações a alimentos (principalmente em crianças)
  - Reações a medicamentos (alérgicas ou pseudoalérgicas)
- Urticária crónica - duração superior a 6 semanas, podendo estender-se em aproximadamente 50% dos casos ate 6 meses, ou mesmo ter uma duração superior a 10 anos (20% dos casos). Afeta principalmente o sexo feminino, na 3a e 4a décadas de vida.

- Reações alérgicas tipo I
- Reações pseudoalérgicas
- Autoimunidade (anticorpos anti- FcRI, anticorpos anti-tiroideus, outras doenças autoimunes)
- Infecções (virais, bacterianas)
- Infestações por parasitas
- Gastrite, esofagite, inflamação da vesícula biliar
- Neoplasias (ex. linfomas)

2.1 Urticária crónica contínua – frequência diária ou em quase todos os dias da semana

2.2 Urticária crónica recorrente – intervalos livres de dias ou semanas sem sintomas

B) Urticárias físicas – embora de natureza crónica, são agrupadas separadamente porque dependem da presença de fator físico desencadeante:

- Urticária dermográfica ou dermatografismo – desencadeada por fricção da pele (aparecimento de pápulas 1 a 5 minutos depois). Afeta principalmente adultos jovens. Duração média 6,5 anos.
- Urticária de pressão retardada – desencadeada por pressão vertical (aparecimento de pápulas 3 a 8 horas depois). Média de idade de aparecimento é os 30 anos, afetando 2 vezes mais os homens. Duração média 6-9 anos.
- Urticária de contacto ao frio – desencadeada por ar frio, água ou vento (9 subtipos descritos). Mais frequente em jovens do sexo feminino. Duração média 4,2 anos. Na maioria dos casos, de causa desconhecida embora algumas doenças infecciosas possam estar na origem (sífilis, borreliose, sarampo, varicela, hepatite, mononucleose infecciosa, infeção por HIV)
- Urticária de contacto ao calor – desencadeada por calor localizado
- Urticária solar – desencadeada por radiação UV ou luz visível. Mais frequente em adultos jovens do sexo feminino.
- Urticária / angioedema vibratórios – desencadeada por forças vibratórias (ex. martelo pneumático)

### C) Tipos especiais de Urticária

- Urticária colinérgica – lesões muito pequenas com halo eritematoso, desencadeadas por breve aumento da temperatura corporal (ex. exercício físico, banho quente, stress emocional, etc.). Frequente em adultos jovens.
- Urticária adrenérgica – pequenas lesões eritematosas com halo esbranquiçado, desencadeadas por stress emocional.
- Urticária de contacto (alérgica ou pseudoalérgica) – aparecimento de pápulas nos locais em que as substâncias químicas contactam a pele (ex. alimentos, plantas, medicamentos, cosméticos, químicos industriais, produtos animais e têxteis)
- Urticária aquagénica – desencadeada por um alergénio libertado do estrato córneo da pele, quando em contato com a água. Cinco vezes mais frequente no sexo feminino, principalmente em adultos jovens.

Um ou mais subtipos de Urticária podem coexistir num mesmo doente.

## Diagnóstico

Nas formas agudas, habitualmente, não é necessário qualquer tipo de estudo, uma vez que a relação causa-efeito é na maioria das vezes evidente. Na urticária crónica, uma historia clinica aprofundada é fundamental para orientar a investigação. O estudo complementar diagnóstico deverá ser direcionado. O registo diário de sintomas, o registo alimentar e exames como os testes cutâneos de alergia, provas cutâneas específicas do diagnóstico de urticárias físicas, teste de soro autólogo, estudo laboratorial e imagiológico (radiografia, ecografia), provas de provocação com alimentos, medicamentos, ou aditivos alimentares e eventualmente biopsia de pele, orientados pela suspeição clinica, em muitos casos ajudam ao diagnóstico.

## Tratamento

Algumas medidas podem ser uteis para aliviar o prurido, principalmente a noite: duche tépido e/ou aplicação de loção de calamina ou de creme antipruriginoso.

É fundamental a hidratação cutânea com aplicação de emolientes, particularmente nas formas crónicas.

Embora os subtipos de urticária sejam desencadeados por uma grande variedade de fatores, o tratamento da urticária segue alguns princípios básicos:

- Evicção ou eliminação dos fatores desencadeantes (medicamentos, estímulos físicos, tratamento de infeções e processos inflamatórios crónicos, remoção de anticorpos anti-FcRI, alimentos)
- Minimizar os fatores favorecedores de stress e ansiedade.

Alguns alimentos e aditivos favorecedores da libertação de histamina:

- Atum, bacalhau e crustáceos
- Charcutaria
- Frutos: banana, morango, kiwi e a generalidade dos frutos tropicais
- Frutos secos
- Tomate, cogumelos
- Queijos fermentados
- Enlatados e pré-cozinhados
- Aromatizantes: cacau, baunilha, malte, cola
- Especiarias
- Edulcorantes, corantes, conservantes e ativadores de aroma
- Infusões: café e chá
- Gaseificados
- Álcool

## Terapêutica farmacológica:

- Anti-histamínicos em monoterapia ou associados. Reservam-se os sedativos para situações clínicas muito particulares e os de aplicação tópica não deverão nunca ser utilizados.
- Corticosteroides sistémicos injetáveis ou administrados por via oral em situações excecionais, mas sempre acompanhados por terapêutica subsequente com anti-histamínicos em período prolongados para controlo clínico sustentado.

- Anti-leucotrienos representam em alguns doentes um benefício adicional.
- Outros tratamentos poderão ser utilizados em alguns casos particulares (ex. imunoglobulinas endovenosas, salazopirina, ciclosporina A, dapsona, PUVA, etc.), mas sempre submetidos a estreita vigilância clínica.