

Informações ao paciente da BMJ

Última publicação: Feb 15, 2022

Anafilaxia

A anafilaxia é uma reação alérgica grave que pode ser fatal se não for tratada a tempo. Geralmente é causada por reações adversas a determinados alimentos, medicamentos ou picadas de insetos. Conhecer os sinais e agir rapidamente ao vê-los pode salvar vidas.

Se você tem uma alergia que pode causar uma reação grave, pode usar nossas informações para conversar com seu médico sobre maneiras de evitar problemas sérios.

O que é anafilaxia?

As alergias são comuns. Por exemplo, muitas pessoas apresentam sintomas como espirros, tosse e coceira nos olhos devido a coisas como pólen (febre do feno) e pelos de animais. E algumas pessoas apresentam erupção cutânea ou inchaço temporário devido a alguns medicamentos e alimentos.

Mas, em algumas pessoas, a reação alérgica é muito pior e pode levar a problemas cardíacos e respiratórios com risco de vida. Isso é chamado de anafilaxia.

As causas da anafilaxia parecem ser diferentes dependendo da idade. Por exemplo, a causa mais comum em crianças são as alergias alimentares. Mas, em adultos, a principal causa são os medicamentos, principalmente a penicilina e os anti-inflamatórios não esteroides (AINEs), como o ibuprofeno.

As alergias alimentares comuns que podem desencadear anafilaxia incluem:

- aipo
- peixe
- ovos de galinha
- leguminosas (isso inclui ervilhas e alguns tipos de feijão)
- leite
- mostarda
- nozes
- gergelim

Anafilaxia

- mariscos e
- soja.

Pode ser difícil prever e controlar as causas das reações alérgicas. Por exemplo, com alguns gatilhos, como nozes e mariscos, apenas uma pequena quantidade pode causar uma reação grave.

E, às vezes, é necessária uma combinação de fatores para causar anafilaxia. Por exemplo, uma reação ruim pode, às vezes, ser desencadeada por:

- exercício. Isso pode ocorrer pouco tempo depois de comer algo a que você é alérgico. Mas isso também pode acontecer sem a ingestão do alimento que causa o problema
- uma mudança repentina na temperatura ao seu redor.

Além de medicamentos e alimentos, as reações alérgicas graves podem, às vezes, ocorrer em decorrência de coisas como

- contato com látex de borracha, e
- picadas de vespas, abelhas, carrapatos e alguns tipos de aranhas e formigas.

Quais são os sintomas?

Os sintomas da anafilaxia são semelhantes aos sintomas de qualquer reação alérgica, mas são muito mais graves e afetam todo o corpo. Esses sintomas geralmente surgem repentinamente e podem incluir:

- problemas respiratórios causados por inchaço na garganta e nos pulmões
- uma voz rouca
- uma erupção cutânea, que pode causar coceira
- inchaço dos lábios, da língua ou da garganta
- olhos inchados e lacrimejantes
- nariz escorrendo
- tontura, confusão e possivelmente desmaio
- náusea, vômito e diarreia, e
- dor de estômago.

Se você for tratado no hospital por suspeita de anafilaxia, seu médico verificará se há alguma menção a alergias em seus registros médicos.

Ele também perguntará a você, ou talvez a alguém que o acompanhou ao hospital, sobre qualquer coisa que possa ter causado uma reação: por exemplo, o que você comeu recentemente, se tomou algum medicamento ou foi picado por um inseto.

Sua reação pode ter sido causada por algo a que você já sabia que era alérgico. Ou a causa pode ter sido algo que você não sabia. De qualquer forma, é importante descobrir para que você possa tentar evitar que isso aconteça novamente.

Anafilaxia

Seu médico pode querer fazer alguns exames para descobrir o que causou sua reação. Mas os testes geralmente terão que esperar. O mais importante é que você receba tratamento imediato para combater a reação.

Se você tiver exames, eles podem incluir:

- um exame de sangue para verificar se você teve uma reação alérgica, e
- testes cutâneos para descobrir o que causou a reação.

Os testes cutâneos podem ser feitos com adesivos ou com pequenas agulhas. A ideia é tocar ou picar suavemente sua pele com uma pequena quantidade de substâncias que são causas comuns de reações alérgicas.

Se a exposição a uma substância causar inchaço ou erupção cutânea na área do teste, esse é um bom sinal de que você é alérgico a ela.

Quais tratamentos funcionam?

As pessoas que sofrem uma reação alérgica grave geralmente precisam de tratamento de emergência que visa a dois objetivos:

- reverter os efeitos da anafilaxia, e
- ajudam o coração e os pulmões a funcionar corretamente.

Adrenalina

Talvez você já tenha ouvido falar que a adrenalina é usada para tratar a anafilaxia. Os médicos geralmente a chamam pelo nome médico de **epinefrina**. É um hormônio produzido nas glândulas adrenais do corpo. Ele ajuda de várias maneiras, inclusive:

- redução do inchaço
- contrair os vasos sanguíneos para que sua pressão arterial não caia muito, e
- fazendo seu coração bater mais rápido. Isso combate uma parte da reação alérgica, que é fazer o coração desacelerar ou parar.

A epinefrina (adrenalina) é administrada como uma injeção em um músculo, e talvez você precise tomar várias.

Você também precisará ficar no hospital por algumas horas depois de receber injeções de epinefrina. Isso ocorre porque os sintomas de anafilaxia podem, às vezes, voltar um pouco depois da aplicação das injeções. Isso é chamado de **reação bifásica**.

Seu coração e pulmões

O tratamento de emergência para manter o coração e os pulmões funcionando pode envolver a inserção de um tubo através da garganta até os pulmões para que o ar ou o oxigênio possam ser administrados mais facilmente.

Anafilaxia

Para manter o coração funcionando adequadamente, você pode receber fluidos intravenosos (IV). Isso ajuda a garantir que haja sangue suficiente nos vasos sanguíneos para manter o bom funcionamento do coração.

Outros tratamentos

Além da epinefrina, você pode receber medicamentos para ajudar com outros sintomas da anafilaxia. Isso pode incluir:

- medicamentos inalatórios para ajudá-lo a respirar com mais facilidade. Esses são alguns dos mesmos medicamentos que as pessoas com asma usam
- anti-histamínicos. Esses são medicamentos comumente usados para tratar alergias. Eles podem ajudar a aliviar sintomas como coceira e erupção cutânea
- medicamentos intravenosos (IV) para reduzir o inchaço. Esses medicamentos anti-inflamatórios são chamados de corticosteroides.

Auto-injetores

Ao deixar o hospital após o tratamento, o médico deve lhe dar uma receita para dois **autoinjetores de epinefrina**. Você pode ouvi-las chamadas de "**canetas de epinefrina**", pois elas se parecem um pouco com canetas.

Seu médico deve explicar como usar os autoinjetores e você deve levar os dois consigo o tempo todo, caso tenha outro episódio de anafilaxia.

Se você tem filhos com alergias que apresentam risco de anafilaxia, o médico deve prescrever os autoinjetores juntamente com um plano de emergência personalizado por escrito.

Tratamento para pessoas com doenças cardíacas

Se você tiver doença cardíaca, o medicamento pode dificultar o tratamento de uma reação anafilática e a anafilaxia pode ser mais perigosa para você.

Se você sabe que tem uma alergia grave, um médico especialista em cardiologia (cardiologista) deve analisar sua medicação cuidadosamente. Você ainda pode tomar adrenalina, mas diga aos médicos que cuidam de você que você tem uma doença cardíaca. Talvez eles queiram discutir seu tratamento com um especialista o mais rápido possível.

Tratamentos para ajudar a evitar mais problemas

Após o tratamento de emergência, quando você estiver estável e seguro, seu médico poderá sugerir um tratamento chamado **imunoterapia**.

Isso envolve a exposição gradual a quantidades um pouco maiores do produto ao qual você é alérgico, para que seu corpo possa lidar com qualquer exposição acidental.

As quantidades ainda serão muito pequenas, e você provavelmente não ficará curado da alergia. Mas isso pode ajudar a evitar que você tenha uma reação tão grave novamente.

Anafilaxia

Esse tipo de tratamento deve ser feito por um especialista treinado. Você nunca deve tentar fazer isso sozinho.

O que vai acontecer?

A coisa mais importante a ser feita após o tratamento de emergência é identificar a substância à qual você é alérgico e que causou o ataque. Isso ajuda a evitá-lo no futuro.

Dependendo do tipo de substância a que você é alérgico, isso pode envolver coisas como:

- ler cuidadosamente os rótulos dos alimentos
- pedir aos restaurantes que lhe digam claramente o que certos pratos contêm e o que não contêm
- fazer todo o possível para evitar picadas de certos insetos
- informar ao seu dentista e médico se você é alérgico a látex e, é claro
- sempre carregar seus autoinjetores com você.

Informações do paciente da *BMJ Best Practice* de onde esta ficha é derivada e atualizada regularmente. A versão mais recente do Best Practice pode ser encontrada em bestpractice.bmj.com. Esta informação destina-se a uso por profissionais de saúde. Ela não substitui orientações médicas. É fortemente recomendado que você verifique, de maneira independente, as informações contidas neste material e, caso você tenha algum problema de saúde, consulte seu médico.

Consulte os termos de uso completos da BMJ em: bmj.com/company/legal-information. A BMJ não faz nenhuma declaração, condição, justificativa ou garantia, de maneira expressa ou implícita, de que este material é preciso, completo, atualizado ou adequado para quaisquer fins específicos.

© BMJ Publishing Group Ltd 2025. Todos os direitos reservados.

