



Foto: Istock

## MENOS ALERGIAS MAIS QUALIDADE DE VIDA

### AMPLIAÇÃO

Hospital de Dia evita internamentos  
Pág. II



### ENTREVISTA

Mário Morais de Almeida,  
responsável da unidade de  
Imunoalergologia do HCD  
Pág. III



### TENDÊNCIA

Alergia ao leite de vaca  
aumenta na população  
Pág. IV



Fotos: Victor Machado/OJE

# IMUNOALERGOLOGIA COM CAPACIDADE REFORÇADA

As crianças representam 60% da procura da unidade de Imunoalergologia, que acaba de duplicar a sua capacidade de resposta, reforçando a disponibilidade para primeiras consultas. Os médicos apostam cada vez mais na informação do doente para que ele aprenda a cuidar de si e melhore a sua qualidade de vida



## HOSPITAL DE DIA EVITA INTERNAMENTOS



### BENEFÍCIOS DO HOSPITAL DE DIA

- Integração nos cuidados hospitalares de ambulatório com menos recurso e consumo de cuidados mais diferenciados;
- Maior flexibilidade no agendamento dos actos, tanto para os clientes como para os profissionais de saúde;
- Ambiente menos traumatizante para os clientes, nomeadamente para as crianças;
- Redução do risco de complicações hospitalares, nomeadamente infecciosas;
- Redução dos custos, aumentando-se a satisfação dos clientes.

AINDA CHEIRA a novo no Hospital de Dia do serviço de Imunoalergologia do HCD. Uma cama e dois cadeirões permitem prestar cuidados de diagnóstico e/ou de tratamento que implicam uma permanência hospitalar inferior a 8 horas, de acordo com o acto médico específico, obviando-se assim o internamento hospitalar e mantendo-se uma supervisão especializada. Enquadram-se nesta abordagem vários actos médicos, como os testes cutâneos intradérmicos (para diagnóstico de alergia a medicamentos ou a venenos de insectos); as provas de provocação brônquicas, conjuntivais e nasais com alergénios; as provas de provocação orais a alimentos ou a aditivos; provas de provocação a fármacos; esquemas acelerados de imunoterapia para aeroalergénios, como ácaros e pólenes; e ainda protocolos de indução de tolerância a fármacos ou a alimentos.

Em todos estes casos, os pacientes recebem informação detalhada sobre os procedimentos, para os quais terão de dar o seu consentimento informado escrito. “O acompanhamento especializado das doenças que afectam simultaneamente vários órgãos e sistemas permite ganhos significativos, não só em termos da qualidade dos cuidados prestados, mas também reduzindo os custos, pois evita-se o eventual seguimento em várias especialidades de órgão ou sistema, integrando e rentabilizando uma muito criteriosa requisição de exames auxiliares de diagnóstico”, explica Mário Morais de Almeida, lembrando que, em vários estudos tem sido documentado que os custos se reduzem quando as doenças imunoalérgicas estão controladas por especialistas, nomeadamente prevenindo-se a necessidade de internamentos hospitalares.

**D**uplicar a capacidade de resposta é um dos objectivos subjacentes à reformulação do serviço de Imunoalergologia do Hospital Cuf Descobertas, onde todos os anos são realizadas 8.000 consultas. É já um dos centros de Imunoalergologia com mais movimento do país e também aquele com índice mais elevado de primeiras consultas. No entanto, a ampliação da capacidade permitirá ao serviço de Imunoalergologia dar resposta aos pedidos de consulta na própria semana em que eles dão entrada no hospital.

Uma equipa composta por dez especialistas em Imunoalergologia e dois técnicos de cardio-pneumologia distribuem-se pelas salas do piso -1 do edifício de consultas externas.

Ali foi, muito recentemente, concluída a construção do hospital de dia, que contribuirá significativamente para a melhoria da capacidade de resposta do serviço, com recursos humanos e técnicos que garantem a qualidade e a segurança dos actos praticados (ver caixa).

Nas duas salas de função respiratória, são as crianças que mais frequentemente dão uso aos aparelhos, sobretudo para a realização de pletismografias corporais, mas também adultos e alguma população idosa recebem aqui acompanhamento regular.

“As crianças representam actualmente 60% dos nossos doentes e muitas delas frequentam o serviço ainda bebés ou pelo menos em idade pré-escolar. Não há dúvida de que as famílias hoje estão muito mais despertas para estas questões e desde cedo procuram tratamentos para as suas crianças. Já os adultos e idosos tendem a chegar aqui com problemas que se arrastam durante anos e para os quais muitas vezes nunca foram submetidos a qualquer tratamento”, constata Mário Morais de Almeida, responsável pelo serviço de Imunoalergologia do Hospital Cuf Descobertas.

É na especialidade de Imunoalergologia que se diagnosticam e

tratam, nas diferentes faixas etárias, todas as patologias do foro da Imunologia Clínica e da Alergologia, como a asma brônquica, a rinite alérgica, a conjuntivite alérgica, eczema, urticária, alergia medicamentosa e alimentar ou a venenos de insectos, patologia ocupacional, anafilaxia, entre outras.

As duas salas da função respiratória somam-se três gabinetes de consulta e uma sala com tapete rolante e equipamento de monitorização para provas de esforço e função nasal.

Apesar de doenças crónicas, como a asma e a rinite, constituírem as principais motivações de procura de especialistas em Imunoalergologia, Mário Morais de Almeida explica que cada vez mais se procura passar competências para os doentes. “En-



sinamo-los a prevenir crises, a saber interpretar os sinais do corpo e do meio ambiente e a manterem-se, eles próprios, vigilantes em relação à sua saúde. Eles têm os nossos contactos directos, que podem usar em caso de necessidade, e virão aqui para serem acompanhados e submetidos a reavaliações, mas cada vez mais queremos que eles saibam cuidar de si próprios”, explica Morais de Almeida.

De Norte a Sul do país chegam pacientes para a unidade de Imunoalergologia, que recebe também doentes provenientes de países africanos de língua oficial portuguesa (PALOP) por referência de outros médicos.

O reconhecimento da expertise destes médicos levou mesmo a Ordem dos Médicos a atribuir à unidade de Imunoalergologia do HCD idoneidade formativa total para o internato da especialidade.

MÁRIO MORAIS DE ALMEIDA,  
RESPONSÁVEL DA UNIDADE DE IMUNOALERGOLOGIA DO HCD

# "NUNCA É TARDE PARA INTERVIR"

A falta de diagnóstico, de um tratamento especializado ou de um acompanhamento regular impedem muitos portugueses de ter uma vida completamente normal, sendo privados pelos constrangimentos de uma doença alérgica. Mário Morais de Almeida explica porque não tem de ser assim

## Que mais-valia foi conseguida nesta unidade com as obras de ampliação?

As doenças alérgicas são muito prevalentes, afectando cerca de um terço da população nacional. Imperando a falta de diagnóstico e de tratamento, consequentemente, estas doenças não podem estar controladas. Mas uma das maiores dificuldades para os doentes alérgicos consiste na acessibilidade, isto é, na disponibilidade de consultas onde especialistas muito diferenciados possam diagnosticar, propor programas de controlo e avaliar o controlo obtido. Tudo isto em tempo útil e disponibilidade para primeiras consultas, bem como reavaliações programadas ou não programadas, quando e sempre que a urgência o justifique.

A Unidade de Imunoalergologia do Hospital Cuf Descobertas, na sua estrutura actual, mais que duplica a capacidade de resposta aos clientes que confiam nesta equipa, que inclui dez especialistas muito motivados, com muita experiência na abordagem dos alérgicos, da criança muito pequena ao adulto idoso, diagnosticando e controlando as alergias ao melhor custo, isto é, com muita eficiência.

## O que pode agora ser feito no Hospital de Dia?

Na abordagem clínica das doenças imunoalérgicas, alguns dos actos médicos são efectuados e integrados no acto das consultas, como acontece na realização dos testes cutâneos por "prick" ou por picada ou na administração de imunoterapia específica.

No entanto, diversos actos médicos específicos da especialidade, nomeadamente na abordagem de formas mais graves de patologia imunoalérgica, aguda ou crónica, necessitam de ser realizados em instalações hospitalares diferenciadas, permitindo, para além da realização dos actos, o acompanhamento e a monitorização pela equipa de saúde por um período que pode chegar às 8 horas.

Se a realização destes actos sob internamento hospitalar pode ser uma opção, mais adequada se revela a realização destes actos num Hospital de Dia diferenciado, garantindo a qualidade dos cuidados e a segurança dos doentes.

## Que factores contribuem para que esta seja a unidade de Imunoalergologia com mais primeiras consultas do país?

Nesta especialidade, a unidade de Imunoalergologia do HCD é a unidade de saúde privada nacional com maior movimento assistencial, associada a uma significativa actividade de investigação e de formação, sendo importante salientar que é a única estrutura hospitalar privada com idoneidade total para o treino de especialistas, o que apenas se verifica em mais dois serviços hospitalares públicos.

Uma equipa jovem, muito motivada e disponível para trabalhar em benefício dos clientes, frequentemente acometidos de doenças alérgicas crónicas, uma estrutura hospitalar onde se sente a força da imagem e do prestígio da Saúde CUF, garante da qualidade dos serviços prestados, uma vivência de extrema empatia sentida pela generalidade dos clientes que em nós confiam, justificam porque é esta a unidade de Imunoalergologia com mais primeiros agendamentos de todas as unidades nacionais, públicas ou privadas.

A prestação profissional da equipa centra-se no cliente, na família, na resolução de problemas, partilhando saberes, delegando competências, viabilizando que os doentes e os seus familiares participem muito activamente no auto-controlo das doenças alérgicas.

Viver com alegria e, se possível, sem alergias, pois elas são muito frequentes e podem ser graves, mas quem tem uma doença alérgica não deve deixar que ela viva a sua vida ou a dos seus familiares, assumindo o controlo da situação.

A equipa da unidade de Imunoalergologia está apta para ajudar na obtenção de boa qualidade de vida. Se tem dúvidas, informe-se e aprenda alguns truques. Mas, apesar de a informação estar cada vez mais disponível, a falta de controlo é a regra para muitos alérgicos, que frequentemente nem sabem que o são.

Ou seja, em conjunto, podemos fazer muito melhor, solucionando mitos, dissolvendo crenças e resolvendo ideias erradas.

## Qual é o peso da população infantil entre os vossos pacientes? E quais são as razões principais do seu encaminhamento para esta unidade?

A idade pediátrica representa mais de 60% da actividade global da unidade, quer em termos de consultas, quer de funcionamento do Hospital de Dia, quer de outros exames complementares, como é o caso dos testes cutâneos ou das provas de função respiratórias, neste último caso com dias dedicados apenas a crianças em idade pré-escolar, isto é, com 5 anos ou menos, sendo uma das unidades nacionais com maior casuística neste grupo etário.

A rinite, a asma e o eczema atópico são as doenças alérgicas mais frequentemente observadas na consulta. E, em muitos casos, estas doenças coexistem: a maioria dos asmáticos tem rinite, quase metade das crianças com rinite podem ter ou vir a sofrer de asma, mais de metade das crianças com eczema atópico podem vir a desenvolver asma ou rinite.

No entanto, apesar de estas doenças alérgicas serem muito frequentes, continua a existir um problema de falta de diagnóstico e consequente ausência de tratamento adequado, causando muito sofrimento às crianças afectadas, bem como às suas famílias.

Outra patologia alérgica, mais frequente na infância, é a alergia alimentar, com maior incidência nos primeiros anos de vida. Na nossa experiência, os alimentos mais fre-



Mário Morais de Almeida

"O imunoalergologista é também um verdadeiro médico da família, seguindo no mesmo momento a criança, a sua mãe ou o avô, os primos ou os tios."

Foto: Victor Machado/OJE

quentemente implicados são o leite e o ovo, seguidos do peixe. A partir da idade escolar, é frequente outro tipo de alimentos, como o amendoim e os frutos secos, os mariscos e os frutos frescos.

Quadros de urticária, aguda ou crónica, nomeadamente relacionados com infecções ou com alergénios, são também causa frequente de observação na consulta de Imunoalergologia.

## A população idosa representa o segmento mais pequeno entre os vossos pacientes?

À semelhança dos dados encontrados em outros grupos etários em estudos epidemiológicos nacionais que temos coordenado, foram determinadas percentagens muito significativas de idosos acometidos de doenças alérgicas respiratórias, prevalecendo o sub-diagnóstico e o sub-tratamento da asma e da rinite também neste grupo etário associando-se a má qualidade de vida, sendo de salientar a íntima relação entre asma e rinite, em especial entre os idosos com rinite que expressavam maior gravidade.

Na casuística da nossa unidade, um número significativo de clientes com mais de 65 anos e seguido regularmente, sendo regra a melhoria da qualidade de vida que se consegue após controlar as patologias imunoalérgicas habitualmente existentes há muitas décadas.

Mas muito mais pode ser feito por muito mais alérgicos que, independentemente da idade, desejem ser por nós acompanhados, pois as aler-

gias podem ser controladas mas, para isso, precisam de ser diagnosticadas, valorizando programas de intervenção que tenham em atenção as outras patologias co-existent e eventuais medicações em curso, evitando reacções adversas. Nunca é tarde para intervir.

O imunoalergologista é também um verdadeiro médico da família, seguindo, no mesmo momento, a criança, a sua mãe ou o avô, os primos ou os tios. E entre todos, dos profissionais à família, estabelecem-se cumplicidades, com o filho a vigiar a medicação dos pais ou a avó a lembrar aos restantes familiares da importância de efectuar os tratamentos preventivos...

## Entre os membros da equipa que trabalha nesta unidade, qual é o sentimento geral perante as condições de trabalho de que dispõem no grupo José de Mello e os desafios que pretendem enfrentar no futuro?

Missão, motivação, confiança, diferenciação, ambiente, cultura, qualidade, liderança, são alguns dos pontos fortes que se concretizam nas unidades da José de Mello Saúde e que são transmitidos e valorizados pela equipa, permitindo, inclusive, a integração de jovens especialistas, muito diferenciados, que apostam na José de Mello Saúde para efectuarem a sua carreira profissional, conscientes de que a mesma é baseada em assistência, formação e investigação, posicionado a unidade entre os centros mais diferenciados desta especialidade e não só a nível nacional.

## INVESTIGAÇÃO TRANSPOSTA PARA LIVRO NO BRASIL



MÁRIO MORAIS de Almeida e Susana Piedade são os membros da equipa de Imunoalergologia do Hospital Cuf Descobertas que verão a sua assinatura constar num livro sobre vacinas anti-alérgicas, a ser publicado no Brasil.

Os dois especialistas estão, actualmente, a escrever um capítulo do livro, que reunirá contributos de dife-

rentes especialistas internacionais. Aos portugueses Mário Morais de Almeida e Susana Piedade coube o desenvolvimento do capítulo sobre indução de tolerância a alimentos, tema sobre o qual se têm debruçado bastante nos últimos sete anos e que tem motivado o desenvolvimento de uma metodologia particular, que será agora descrita no livro.

## À PROCURA DE ALERGIAS A MEDICAMENTOS



AS ALERGIAS medicamentosas têm sido um dos principais desafios da unidade de Imunoalergologia do HCD, não só pela gravidade e pela frequência, mas também pelas consequências de um diagnóstico incorrecto e pela necessidade de encontrar opções terapêuticas. Das crianças aos adultos, o número de atendimentos tem vindo a crescer, nomeadamente para a realização dos testes específicos e provas de provocação. Os casos observados com maior frequência prendem-se com alergias a antibióticos e a anti-inflamatórios não esteróides/ácido acetilsalicílico (aspirina), sendo também comuns os casos relacionados com anestésicos e outros fármacos usados em anestesia, bem como em doenças cardio-vasculares ou gastroenterológicas.

## ALERGIA AO LEITE DE VACA AUMENTA NA POPULAÇÃO



AS ALERGIAS alimentares são responsáveis por muitos dos testes realizados pelo serviço de Imunoalergologia, sendo a alergia ao leite de vaca a mais frequente. Muitos casos não passam nos primeiros anos de vida e podem mesmo vir a representar algum perigo de vida, sendo certo que a ocorrência está a aumentar entre a população.

“Algum facilitismo da introdução de fórmulas lácteas nos primeiros dias de vida, nomeadamente ainda nas maternidades, é o principal factor de risco para a

ocorrência de sensibilizações que mais tarde, semanas ou meses depois, se manifestam na forma de alergia às proteínas do leite, as quais podem ser de extrema gravidade”, explica Mário Morais de Almeida.

É precisamente na unidade de Imunoalergologia do HCD que estão em desenvolvimento tratamentos específicos para solucionar o problema das alergias alimentares potencialmente graves, nomeadamente em crianças de idade escolar ou em adolescentes.

## DOENÇAS MAIS COMUNS

### RINITE



É a doença alérgica mais frequente na criança. Pode afectar até um

terço das crianças, sendo caracterizada pela ocorrência de espirros, nariz entupido, comichão e pingo no nariz. Estes sintomas associam-se com muita frequência a queixas oculares (conjuntivite alérgica): olho vermelho, com comichão, lacrimejo e sensação de corpo estranho.

### ASMA

Afecta crianças desde os primeiros meses de vida. Caracteriza-se por sintomas de tosse, dificuldade em respirar, opressão torácica e pieira, sendo causa frequente de absentismo escolar, recursos ao serviço de urgência e internamentos hospitalares. Pode mesmo ser causa de morte, apesar de, na criança, um desfecho fatal de uma crise de asma ser uma realidade totalmente inaceitável e evitável. A limitação da qualidade de vida da criança, incluindo da realização de actividades desportivas, é frequente. Tosse, pieira ou dificuldade em respirar desencadeadas pelos esforços físicos, riso ou choro são características e não devem ocorrer numa asma que se pretende controlada.



### ECZEMA ATÓPICO

Caracteriza-se pela existência de lesões na pele, com localizações típicas, variáveis nas várias fases da infância, caracteristicamente provocando muita comichão e afectando muito a qualidade de vida destas crianças e das suas famílias. Na sua maioria, as crianças alérgicas estão sensibilizadas aos ácaros do pó (artrópodes microscópicos presentes de uma forma constante e universal nas nossas habitações). Ainda dentro de casa, as crianças podem sensibilizar-se aos animais domésticos, tais como gato, cão, coelho ou hamster, aos fungos e às baratas. Outra causa frequente de sensibilização são os pólenes, existentes no ar atmosférico na



Primavera, particularmente os pólenes de gramíneas (também conhecidas por feno), o pólen de parietária (também conhecido por alfavaca-de-cobra), e o pólen de oliveira.



Da esquerda para a direita: Ângela Gaspar, Cristina Santa Marta, Susana Piedade, Rita Afonso, Tiago Dias e Mário Morais de Almeida.



hospitalcuf  
descobertas

HOSPITAL CUF DESCOBERTAS  
R. Mário Botas (Parque das Nações)  
1998-018 Lisboa  
Telefone: 210 025 200



210 025 200

www.saudecuf.pt