



E.E Célia Ribeiro Landim Prof^a.

Eletiva Pré-iniciação científica 2018

Orientadores: José Jorge & Marli Silvana

Intervenção do umidificador de ar como atenuante dos sintomas da rinite durante o sono

Pesquisadores

CUNHA, Millena
FREITAS, Guilherme
SILVA, Alana
FORMIGA, Paulo
SANTOS, Keimylly



Introdução

Com a umidade do ar baixa, é comum que os sintomas mais frequentes seja sentir, irritação na garganta, no nariz e nos olhos. Esses fatores podem fazer com que você acorde no meio da noite com alguns desses sintomas ou trazer muito desconforto mesmo enquanto dorme. Embora você esteja dormindo esse incômodo pode trazer cansaço para o seu corpo, prejudicando suas atividades posteriores ao sono. Veio daí a ideia de realizar um projeto onde o protagonista será um umidificador de ar com a finalidade de atenuar crises de rinite durante o sono e, diminuir a ingestão de medicamentos antialérgicos e corticoides que controlam os sintomas, uma vez que esses medicamentos são danosos a saúde.

Objetivos

Abordar alguns aspectos em ambientes internos e sua influência sobre a Rinite alérgica nos indivíduos, dando maior ênfase aos efeitos sobre o umidificador de ar como atenuante dos sintomas da rinite durante o sono.

Corticóides

São uma classe de medicamentos de ação anti-inflamatórias e imunossupressoras, ou seja, usados para suprimir os mecanismos de defesa do corpo. O corticoide nasal, são sprays usados no tratamento de asma, rinite alérgica e outras doenças respiratórias, porém os corticóides trazem alguns malefícios como efeitos colaterais se usado com frequência: cansaço, aumento dos níveis de açúcares no sangue, agitação, insônia, aumento do colesterol, aumentos dos triglicerídeos, dor de cabeça ou glaucoma.

Anti-alergênicos

São medicamentos que agem sobre os sintomas das reações alérgicas, ou seja, contra as alergias, possui um mecanismo de ação diferente dos corticoides, uma vez que atua nos receptores da histamina impedindo a reação alérgica, lembrando que o uso desse medicamento pode causar efeitos colaterais podendo afetar o comportamento de algumas pessoas, tornando-as sonolentas, com tontura e estado de alerta diminuído.

Conclusão

Durante esta pesquisa chegou-se a conclusão de que o umidificador pode ser um excelente alternativa para alívio dos sintomas no período de sono. Os alunos pesquisados com o devido acompanhamento dos pais não apresentaram crises de rinite durante a noite, tendo um sono onde não houve a evidência de sintomas. Mesmo não sendo uma pesquisa com acompanhamento médico, podemos obter uma base de que o umidificador realmente é uma alternativa, ao invés dos anti-alérgicos e corticoides, por ser uma pesquisa de pré-iniciação científica, é necessário que haja uma conclusão definitiva para resultados mais exatos.

Referência www.minhavidacom.br/saude/galerias/13837-umidificar-o-ar-previne-criises-de-alergia